TOSHIBA
Leading Innovation >>>

家庭用

東芝過熱水蒸気オーブンレンジ

取扱説明書
料理集

形名 ER-KD10



●このたびは東芝過熱水蒸気オーブンレンジをお買い上げいただきまして、まことにありがとうございました。
●この商品を安全に正しく使っていただくために、お使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みになり十分理解してください。
●お読みになったあとはお使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管してください。
●保証書を必ずお受け取りください。

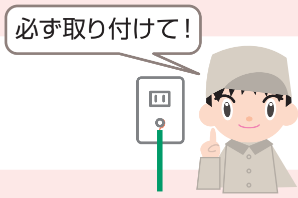
日本国内専用
Use only in Japan

初めに必ずしましょう！

STEP 1 **「安全上のご注意」**を読む（6～12ページ）
＊必ず守っていただきたいことが記載されています。



STEP 2 **「アース」**を取り付ける（8ページ）
＊故障や漏電のとき、感電を防ぐためです。



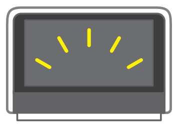
STEP 3 **電源プラグ**を差し込む



STEP 4 **とびらを開閉**する（12ページ）



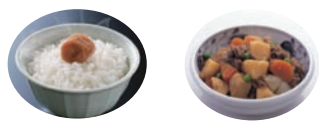
STEP 5 **庫内のカラ焼き**をする（24ページ）
＊庫内が熱くなるので、冷めてから使ってください。



1 ～ 5 が終わったら

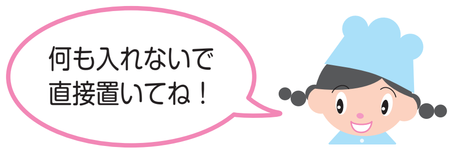
調理を始めましょう！ 20～23ページを読んで、始めてください。

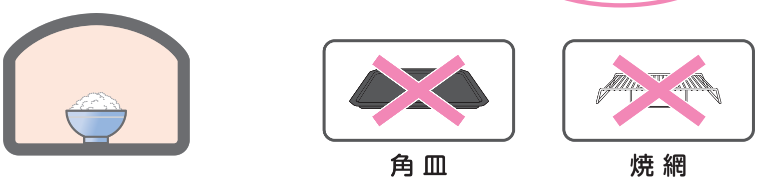
＊日常よく使用するあたためを抜粋して記載しています。
その他、詳しくは右ページの「もくじ」をご覧ください。



レンジ加熱のときは

■角皿・焼網を使わないで、食品を直接庫内に置いてください。





もくじ

準備と確認

調理のしかた

自動調理

手動調理

こんなときは

料理集

この取扱説明書では次のように表しています。

操作手順 1 2	操作によって自動的に変わった状態 ▶	表示 点灯中 レンジ　点滅中 レンジ	スチームを使用するメニュー スチーム

機能・特長

お使いの前に、「安全上のご注意」(6～12ページ)を必ずお読みください。

ヒーターで加熱するときは

小動物は別の部屋に移して、換気しましょう！

- 煙や臭いに敏感な小鳥などは別の部屋に移し、換気扇を回すか、窓を開けましょう。
- 特に最初、カラ焼き・脱臭して庫内の油を焼き切るときは、煙が出たり、臭いがすることがあります。

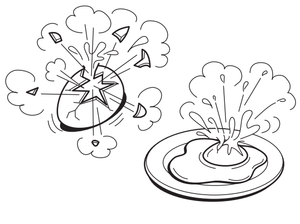


レンジで加熱するときは

卵は十分割りほぐしてから加熱しましょう！

- 中身も急に加熱され膨張します。そのままでは殻や卵黄膜で密閉された状態のため、加熱すると破裂してやけどの原因になります。
- 取り出した後も、突然破裂することがあります。

> • 器に入れ、十分割りほぐしてから加熱する
> • ゆで卵は作らない
> • ゆで卵のあたため直しもしない

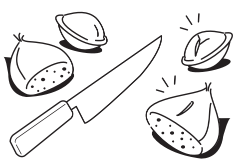


生クリーム、ヨーグルトなど油分の多い食品を加熱しない！

- 食品内部の温度が急激に上がり突然沸騰し、けが・やけどの原因になります。

くり、ぎんなんなど皮や殻のある食品には、切れ目・割れ目を入れましょう！

- そのまま加熱すると、破裂して、製品の破損・けが・やけどの原因になります。



あたためる



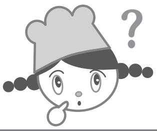
焼く





蒸す





どんなことができるの？

センサーで自動

ワンタッチでスタート！

あたため P26～

- 1回押すと　ごはん
- 2回押すと　おかず
- 3回押すと　同時にあたため　二品

＋スチーム（プラス）

ダイヤルを回して　しっとりほかほか　**スチームあたため**

手動で自由に

他にも…**レンジ機能** P40～

手軽で便利な　**レンジ**

1000W　600W　500W　200W

調節可能な　**お好み温度**

90℃ ～ −10℃

★バターをやわらかく
★カチコチアイスを食べごろに

しっとり簡単　**スチームレンジ** P49

最高250℃　高温ですばやく焼き上げ

オーブン P44～

上下ヒーターで外はこんがりパリッと中はジューシーに

上からの強い火力で表面に焦げ目を付ける

グリル P47

焼き魚や焼きとりなどにオススメ

ヘルシー調理　体を気づかうかたに…

最高250℃　高火力スチームで余分な油をカット！

過熱水蒸気 P50～

油　油

スチームでほんわか蒸し上げ

蒸し P48

スチームでしっとりふっくら

難しい火加減の調理は

80℃くらいの低い温度で調理

適温スチーム

茶わん蒸しやプリンの自動調理のみ

※庫内の様子やイラストはイメージです。

安全上のご注意 必ずお守りください

●製品および取扱説明書には、お使いになるかたや他の人への危害と財産の損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために、重要な内容を記載しています。次の内容（表示・図記号）をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

表示の説明

⚠危険 「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷*1を負うことがあり、その切迫の度合いが高いこと」を示します。

⚠警告 「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷*1を負うことが想定されること」を示します。

⚠注意 「取り扱いを誤った場合、使用者が軽傷*2を負うことが想定されるか、または物的損害*3の発生が想定されること」を示します。

図記号の説明

禁止：⃠は、禁止（してはいけないこと）を示します。具体的な禁止内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

指示：●は、指示する行為の強制（必ずすること）を示します。具体的な指示内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

注意：△は、注意を示します。具体的な注意内容は、図記号の中や近くに絵や文章で示します。

＊1：重傷とは、失明や、けが、やけど（高温・低温）、感電、骨折、中毒などで、後遺症が残るものおよび治療に入院・長期の通院を要するものをさします。
＊2：軽傷とは、治療に入院や長期の通院を要さない、けが、やけど、感電などをさします。
＊3：物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットなどにかかわる拡大損害をさします。

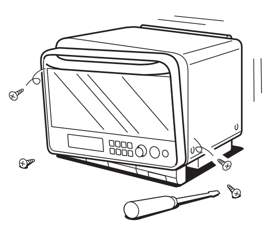
ご使用の前

⚠危険

分解禁止

自分で分解・修理・改造をしない

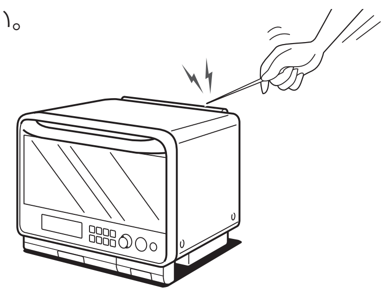
火災・感電・けがの原因になります。
修理は、お買い上げの販売店または東芝生活家電ご相談センターにご連絡ください。



禁止

吸気口、排気口、給水カセット出し入れ部、穴などにピンや針金などの金属物または異物、指を入れない

感電・けがの原因になります。
もし、異物が中に入ったときは、電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店または東芝生活家電ご相談センターにご連絡ください。



⚠警告

コンセントを単独に使用

電源は、交流100Vで、定格15A以上のコンセントを単独で使用する

交流100V以外で使ったり、コンセントを他の器具と同時に使ったり、延長コードを使うと火災・感電の原因になります。

禁止

電源コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない

火災・感電の原因になります。

ご使用の前（つづき）

⚠警告

禁　止

電源コードや電源プラグを、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、重いものをのせたり、挟み込んだりしない

電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。

ほこりをとる

電源プラグの刃・刃の取り付け面に、付着したほこりはふき取る

ほこりが付着すると、火災の原因になります。



禁　止

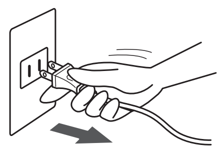
電源コードや電源プラグは、排気口や温度の高いところに近づけない

火災・感電の原因になります。

プラグを持って抜く

電源プラグをコンセントから引き抜くときは、電源プラグを持って引き抜く

コードを持って引き抜くとコードが破損し、火災・感電の原因になります。



プラグをコンセントから抜く

長期間、使用しないときは、電源プラグをコンセントから抜く

絶縁劣化により漏電火災の原因になります。

据え付けるとき

⚠警告

包装材を取り除く

使用前に、包装材はすべて取り除く

取り除かないと運転中に発火し、火災・やけどの原因になります。

包装用ポリ袋は、幼児の手の届かないところに保管または廃棄する

頭からかぶるなどすると、口や鼻をふさぎ窒息する原因になります。

禁　止

燃えやすいもの、熱に弱いものを本体に近づけない
スプレー缶などを近づけない

焦げや、火災の原因になります。
スプレー缶は引火や破裂の恐れがあります。
たたみ・じゅうたん・テーブルクロスなどの上に置いたり、カーテンなどを近づけないでください。
また、熱に弱い家具・コンセントのある壁面・熱に弱い壁材に排気口を向けて設置する場合は、熱変形する恐れがあるため、遠ざけてください。

安全上のご注意

据え付けるとき（つづき）

⚠警告

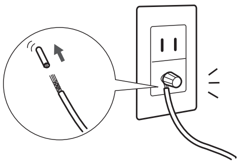
アースを確実に取り付ける

アースを接続する

故障や漏電のときに感電する原因になります。
アースの取り付けは販売店にご相談ください。

●アース端子を使う場合

- アース線が本体のアースねじにしっかり接続していることを確認してから、アース線先端の皮をむき、芯線部をアース端子につなぐ。
  電源プラグをコンセントから抜いた状態で接続してください。



●アース端子がない場合

- アース工事（電気工事資格者によるＤ種接地工事）を行ってください。
  工事の依頼はお買い上げの販売店にご相談ください。

ご注意
ガス管、水道管、避雷針、電話のアース線には絶対に接続しないでください
法令で禁止されています。

■次の場合はアース工事（電気工事資格者によるＤ種接地工事）をするように法律で義務付けられています

・湿気の多い場所
食堂のかま場、土間、コンクリート床、酒・しょう油などの醸造・貯蔵所など

・水気のある場所（漏電遮断器の取り付けも義務付けられています）
水を扱う土間、洗い場などの水気の多いところ、地下室のように水滴が漏出したり結露するところ

水のかかるところや蒸気の出る機器および火気の近くでは使用しない

禁　止

火災・感電・漏電の原因になります。

⚠注意

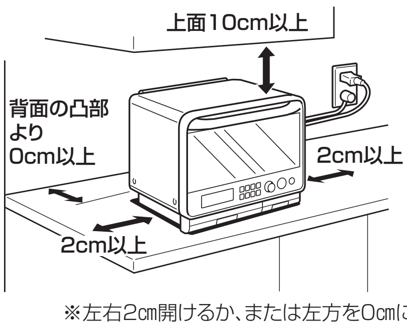
壁との間をあけて置く

壁との間をあける

過熱し火災の原因になります。
製品の後方上方には庫内からの排気口があります。

- 熱に弱い壁材・家具・コンセントが排気口の近くにあったり、汚れが気になるときは、排気が直接当たらないよう、右記の記載寸法以上に壁や家具から離してください。
- 後方がガラスの場合、温度差で割れる恐れがあるので、20㎝以上あけてください。（あけても温度差によって割れることがあります）

〔消防法基準適合 組込形〕



場所	離隔距離（cm）	
上方	10	10
左方	2	0
右方	2	4
前方	開放	開放
後方	0	0
下方	0	0

※左右2㎝開けるか、または左方を0㎝にする場合は右方を4㎝開けてください。

不安定な場所に置かない

禁　止

落ちたり倒れたりして、けがの原因になります。
もし地震などで転倒・落下した場合は、そのまま使用せずお買い上げの販売店に点検を依頼してください。
本体の落下・転倒を防ぐための転倒防止金具（別売り：部品コード32582136）をお求めの方は販売店にご相談ください。

使用するとき

⚠警告

異常・故障時には直ちに使用を中止する

異常時は使用を中止する

発火や発煙、感電の恐れがあります。

〈異常・故障例〉

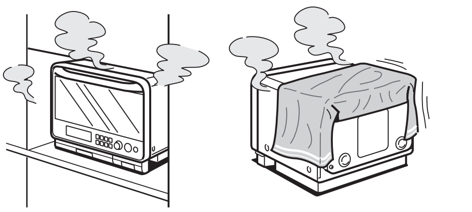
- 電源コードやプラグが異常に熱くなる。
- 使用中に異常な音や臭いがする。
- 自動的に電源が切れないことがある。
- スパーク(火花)または煙が出ることがある。

■ すぐに電源プラグをコンセントから抜いて、販売店に点検・修理を依頼してください。

排気口や吸気口をふさがない

禁止

火災の原因になります。



調理中に、電源プラグを抜き差ししない

禁止

抜き差しすると火花が発生し、火災・感電の原因になります。

子供だけで使わせたり、幼児の手が届くところで使わない

禁止

感電・けが・やけどの原因になります。

調理以外の目的には使用しない

禁止

過熱・異常動作して、やけど・けが・火災の原因になります。衣類・布巾類・市販のレンジ加熱用湯たんぽ・哺乳瓶(消毒バッグ)などは加熱しないでください。

本体の上に、ものを置いたり、布などをかぶせたりしない

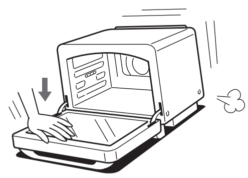
禁止

置いたものが過熱し、変形・焦げ・発火の原因になります。

とびらや庫内に、無理な力や衝撃を加えない
とびらにぶらさがったり、乗ったりしない

禁止

変形し、電波漏れによる人体障害の恐れがあります。
また、とびらにぶらさがったり、乗ったりすると本体が転倒・落下し、けがをする原因になります。



⚠注意

とびらにものをはさんだまま使用しない

禁止

電波漏れによる、人体障害や発火の恐れがあります。

角皿、庫内底面やとびらのガラスにものをぶつけたり衝撃を加えない

禁止

破損して、けがの原因になります。
容器や茶わんの出し入れのときは、庫内底面やとびらのガラスにぶつけないようにしてください。
ガラスに傷が付くと、使用中割れることがあります。

庫内で食品が燃えたときは、とびらを開けない

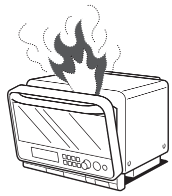
禁止

とびらを開けると勢いよく燃え、火災の原因になります。

- 食品が燃えたときは次の手順で処置してください。

①とびらを閉めたまま「とりけし」キーを押し、運転を停止する。
②電源プラグをコンセントから抜く。
③本体から燃えやすいものを遠ざけ、鎮火するのを待つ。
④鎮火しないときは、水か消火器で消火する。

- そのまま使用せずに、販売店に点検を依頼してください。



とびらを開閉するときは、指のはさみ込みに注意する

注意

やけど・けがの原因になります。

安全上のご注意

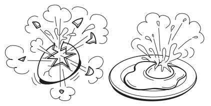
レンジ加熱のとき

⚠警告

生卵やゆで卵(殻つき、殻なし)、目玉焼きは加熱しない（禁止）

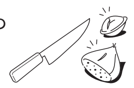
レンジで卵を加熱すると、破裂して、製品の破損・けが・やけどの原因になります。取り出した後に、突然破裂することもあります。

- 卵はよく割りほぐしてから加熱してください。
- ゆで卵(おでん、八宝菜などの卵)のあたためなおしもしないでください。



密封性の高い容器のふたやせんをはずし、皮や殻のある食品(いか、栗、ぎんなんなど)は、切れ目や割れ目を入れる（ふたをとる 殻に切れ目を入れる）

破裂して、製品の破損・けが・やけどの原因になります。



食品は加熱しすぎない（禁止）

食品の加熱しすぎは発煙・発火の原因となります。

- 手動であたためる場合は53ページの設定時間の目安を参考に時間を設定し、様子を見ながらあたためてください。
- 自動であたためる場合は、分量、容器、ラップのかけかたなど取扱説明書の記載内容を守ってください。

ふたのある容器は赤外線センサーを使用するレンジ加熱調理に使用しない（禁止）

ふたがあると食品の温度が正しく検知されず過加熱となり、食品の発火や容器が割れる原因になります。

- 容器のふたをはずして加熱してください。

飲みもの・油脂の多い食品は加熱しすぎない（禁止）

取り出すときに突然沸騰し、やけどの原因になります。また、液体にインスタントコーヒーなどの粉末状のものを入れたときに、突然沸騰する場合があります。

●飲みもの：コーヒー、牛乳、豆乳、水、ヨーグルトなどの液体

●油脂の多い食品：生クリーム、バターなど

- 飲みものは「あたため」キーであたためない。牛乳は「牛乳」キーを使って、お酒はメニューを「13(お酒)」に合わせてあたためる。コーヒー、水などは、53ページの時間を参考に手動であたためる。
- 加熱しすぎたときは、そのまま少し時間をおいて庫内で冷ましてから取り出す。
- 分量･容器･置きかたなどは、取扱説明書に記載の内容を守ってください。
- 飲みものはあたためる前後にスプーンなどでよくかき混ぜてください。

突沸



缶詰、ビン詰、袋詰、レトルト食品、真空パック入り食品は移し替える
鮮度保持剤(脱酸素剤)は取り除く

発火・破裂・製品の破損・けが・やけどの原因になります。

100g未満の食品は自動調理で加熱しない（禁止）

食品の温度が正しく検知できず過加熱となり、食品が発火する原因になります。

- 手動で様子を見ながら、加熱してください。

ベビーフードや介護食をあたためるときは、加熱後、かき混ぜてから温度を確認する

やけどの恐れがあります。

⚠注意

庫内がカラのまま、調理しない（禁止）

本体や庫内が異常に加熱され、高温になり、やけどの原因になります。

また長時間加熱や、少量の食品加熱後も庫内が熱くなり、やけどの原因になりますので終了直後は庫内に触れないでください。

食器や食品を取り出すとき、ラップをはずすときなどは注意する

高温になっていたり、ラップをはずすときに蒸気が一気に出て、やけどの原因になります。



角皿、焼網、アルミホイル、金属容器、金串は使わない（禁止）

火花が発生し、庫内底面やとびらのガラス割れなどでけがの原因になります。

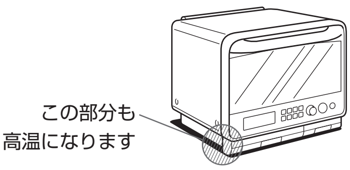
ヒーター加熱・スチーム加熱のとき

⚠注意

接触禁止

調理中や調理後は、高温部（庫内・とびら・本体・排気口・水受け部）および取り出した角皿などには触れない

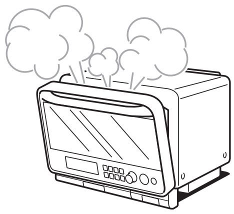
- 高温のためやけどの原因になります。
- 食品の出し入れや付属品の取り扱いには、市販の厚手のミトンを使います。
- 水受けは冷めてから水を捨ててください。



禁　止

スチーム調理中や調理後は、顔などをとびらに近づけない

やけどの原因になります。
スチーム調理中や調理後はスチームにご注意ください。とびらを開けるとき、高温のスチームが出ることがあるので、食品を取り出すときも十分ご注意ください。



禁　止

破れたミトンや、水にぬれたミトンは使わない

熱く感じることがあります。特に水や油でぬれたときや破れているときは、やけどの原因になります。

給水カセットの水は使うたびに取り替える
水受けの水は使うたびに捨てる

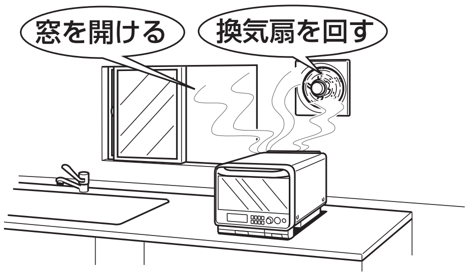
かびや雑菌の繁殖の原因となります。

- 調理のときは必ず新しい水をお使いください。調理後はカセットの水を捨ててください。
- 熱くなっている場合があるので冷めてから水受けの水を捨てて、水洗いしてください。

小動物を
移動する

ヒーター加熱のときは、小鳥など煙や臭いに影響を受けやすい小動物は別の部屋に移す
換気のために換気扇を回すか窓を開ける

特に最初、カラ焼き・脱臭を行って庫内の油を焼き切るときは、煙が出たり、臭いがすることがあります。



禁　止

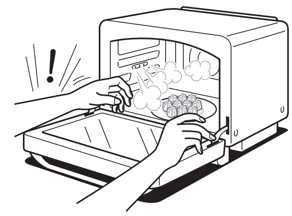
給水カセットが破損した場合は使用しない

けがの原因になります。
ヒビやカケが生じた場合は使用せず、お買い上げの販売店にご相談ください。

スチームに
注意する

スチーム調理中や終了後は、残ったスチームの発生に注意する

とびらを開けてすぐに庫内に手を入れるとやけどの原因になります。
調理中にとびらを開けたとき、しばらくスチームが出ている場合がありますので十分ご注意ください。



禁　止

調理中や調理後は、とびら・庫内・角皿などに水をかけたり、急に冷却しない

割れてけがをしたり、発生する蒸気やしぶきでやけどの原因になります。

禁　止

スチーム調理中や終了後は、庫内左側面のスチーム吹出口に手を近づけない

スチーム吹出口付近やネジ部が熱くなっており、やけどの原因になります。

安全上のご注意

お手入れ

⚠警告

お手入れのときは、電源プラグをコンセントから抜く

プラグを抜く

感電・けが・やけどの原因になります。

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない

ぬれ手禁止

感電の原因になります。

本体の掃除は電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う

プラグを抜き冷めてから

感電や、やけどをする恐れがあります。

⚠注意

食品や肉汁などで、汚れたままにしない
結露した水分はふき取る

禁　止

電波が汚れた部分に集中して、火花の発生・発煙・発火などの恐れがあります。
また、さびの原因になります。

• 付着した場合は、本体が冷めてから必ずふき取ってください。

水抜き中、とびらは閉めておく

水抜き中も、スチーム調理と同様に、スチームが発生します。
やけどの原因になりますのでとびらは閉めておきます。

お願い

• ヒーター加熱調理で、魚焼きなど油煙の出やすい調理を頻繁にされ、壁面が汚れる場合は、本体上面を開放できるところに置くことをおすすめします。

テレビ・ラジオから3m以上離す

雑音や、映像の乱れを防止するために、受信感度の弱い場所では雑音が小さくなるまでさらに離してください。

熱や、蒸気から離す

炊飯器・ポットなどの蒸気が、本体や操作部にかからないようにしてください。故障することがあります。

本体の移動の際は気を付ける

製品の左右側面下部を確実に持って移動してください。

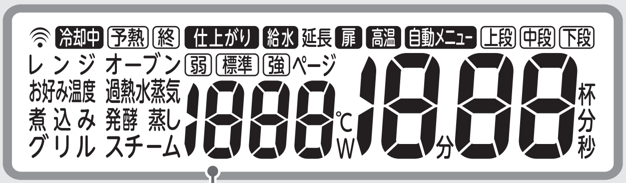
各部のなまえとはたらき

操作部

自動メニューには「**タッチメニュー**」と「**ダイヤルメニュー**」があります。
表示部にメニュー番号が表示されますので、使用するメニュー番号を選択して、ご使用ください。

あたため
4 牛　乳
5 ゆで野菜(葉菜)
6 ゆで野菜(根菜)
7 生解凍(解凍)
8 生解凍(さしみ)
9 スチームあたため
10 カラッとあたため
11 ふっくらパン
12 中華まん蒸し
13 お　酒

お惣菜
14 ハンバーグ
15 鶏の照り焼き
16 鶏のから揚げ



表示部

自動メニュー番号や使用する付属品、温度や時間などを表示します。

(電波マーク) レンジ調理(一部にレンジ加熱する調理を含む)の選択のときに表示し、調理中は点滅します。

省エネ機能

オートパワーオフ

使用していないときは自動的に電源が切れる機能です。

■表示部に「0」が表示されている状態で、5分以上とびらの開閉がないと自動的に電源が切れます。
• ただし、「高温」表示されている間は、とびらを開閉しても電源は切れません。

■とびらを開けると電源が入ります。(表示部に「0」が表示されます)
• 電源プラグを差し込んだだけでは電源は入りません。

庫内灯

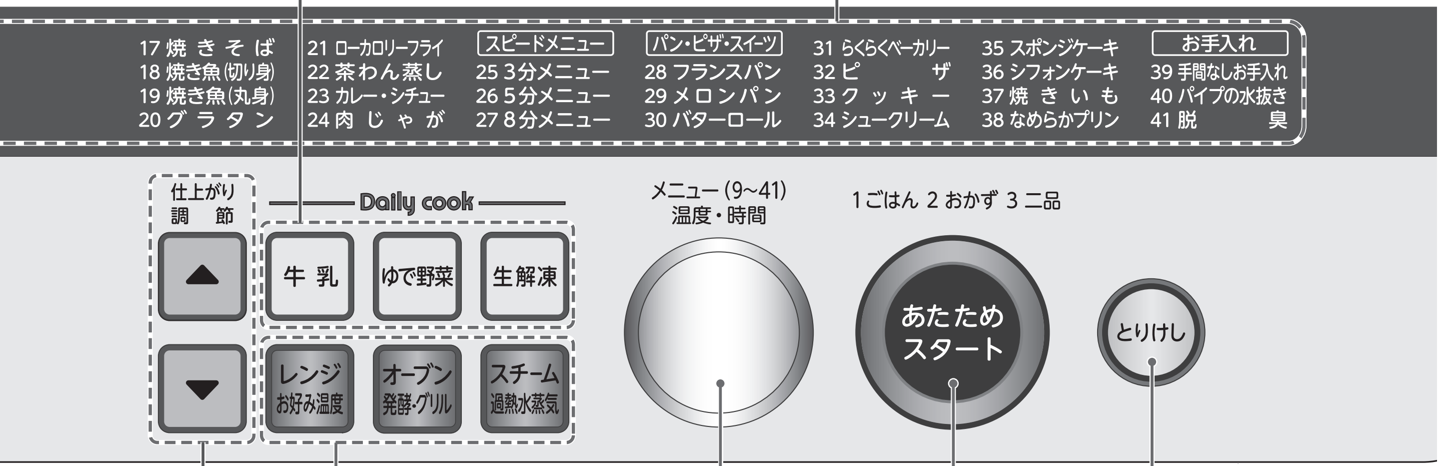
■とびらを開けると点灯し、調理中も庫内が見えるように点灯し続けます。
• とびらを開けたままにしておくと、2分後に自動的に消灯します。
• 予熱中は点灯しません。

タッチメニューキー

温度や時間設定が不要な自動メニューです。
（30～33ページ）

自動メニュー

温度や時間設定の不要な自動メニューです。
- 4～8がタッチメニュー、9～41がダイヤルメニューです。



手動調理キー

- 調理に応じて時間や温度を設定して使います。（40～51ページ）

とりけしキー

- 設定の取消/調理の中止に使います。

仕上がり調節キー

- 自動メニューの仕上がり調節に使います。
  ▲ を押すと〔強め〕に、
  ▼ を押すと〔弱め〕になります。
- あたため（ごはん、おかず）、お酒、ゆで野菜（根菜）、スチームあたためは、▲ を４回押すと〔仕上がり4〕が設定できます。
  ＊分量が多い場合（3～4人分）にご使用ください。

あたため/スタート兼用キー

- キーを押すと自動メニュー番号1～3を表示します。
- ごはん、おかずのあたためにに使います。（26～28ページ）
  ※キーを押すとすぐに加熱が始まります。
- タッチメニュー（4～8）、ダイヤルメニュー（9～41）、手動調理のスタート/再スタートのときに使います。

ダイヤル

回すとダイヤルメニュー、時間、温度などが設定できます。

ダイヤルメニュー
- とびらに表示してある自動メニュー（9～41）の選択に使います。
- ダイヤルを回すと自動メニュー番号9～41を表示します。

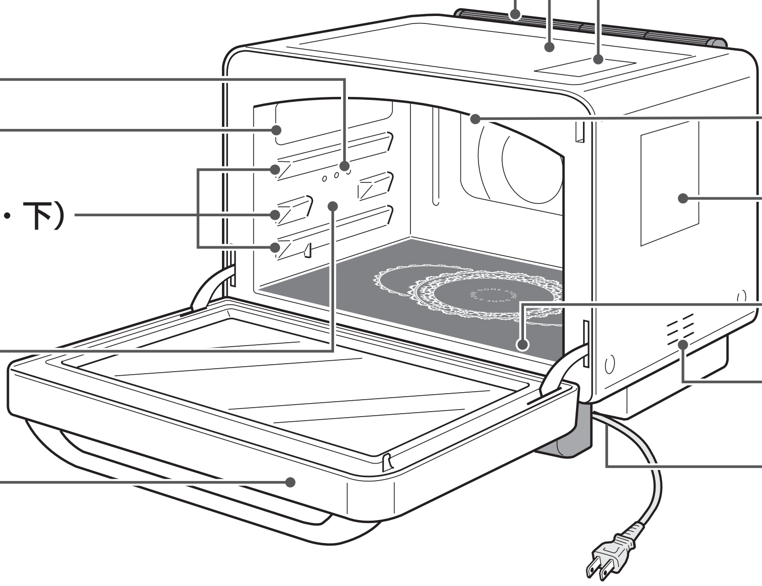
時間
- 手動調理の時間の設定や、調理中の時間の増減に使います。
  右に回すと長くなり、左に回すと短くなります。

温度
- 手動調理（オーブン/過熱水蒸気/発酵/お好み温度）の温度の設定に使います。
- 手動調理（オーブン/過熱水蒸気）動作中の温度の変更に使います。

各部のなまえとはたらき（つづき）

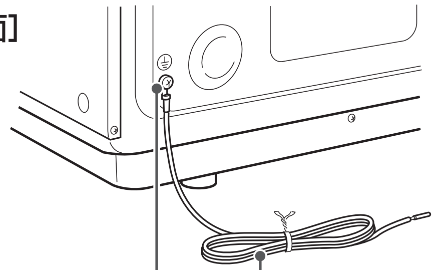
本 体

［正面］



※「上ヒーター」「下ヒーター」「スチームヒーター」は
庫内の外側に位置していますので、見えません。

［背面］



付属品

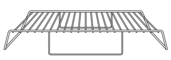
付属品は正しくお使いください

■ 角皿（鉄板ホーロー：黒） 1枚



- オーブン、過熱水蒸気、グリル調理、発酵に使います
  ※表示部に が表示されるレンジ加熱調理では
  火花が出るため使えません。
  【らくらくベーカリーの発酵など】

■ 焼網 1枚

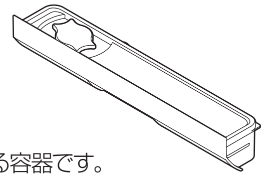


- オーブン、過熱水蒸気、グリル調理で使います
  ※表示部に が表示されるレンジ加熱調理では
  火花が出るため使えません。

付属スチーム容器

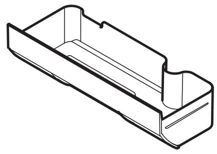
付属スチーム容器の製品へのセットのしかたや使いかたの詳細は15ページをご覧のうえ、正しくお使いください。

■ 給水カセット 1個



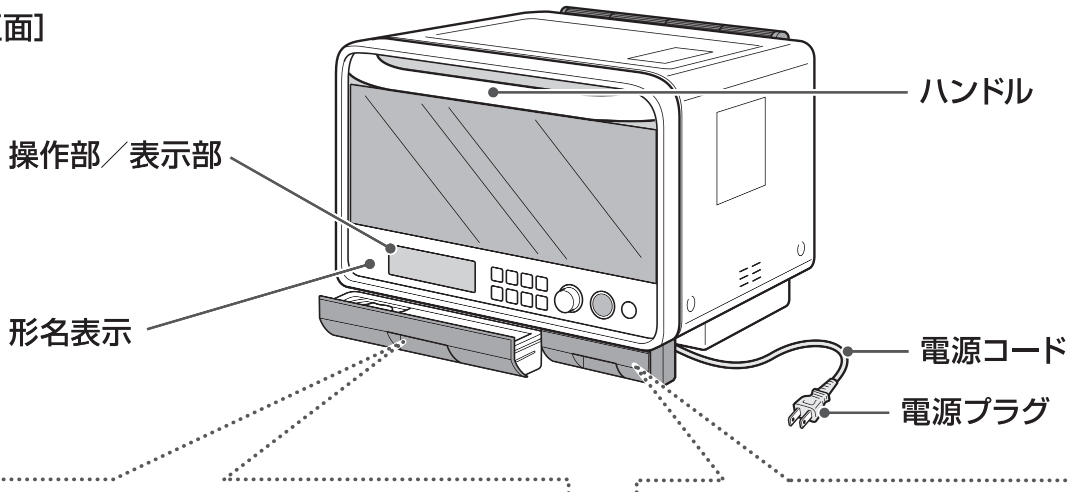
スチームに供給する水を入れる容器です。
スチームを使わないときも、本体にセットしておきます。

■ 水受け 1個



食品カスや水滴、スチームの水などを受ける容器です。
スチームを使わないときも、本体にセットしておきます。

[正面]

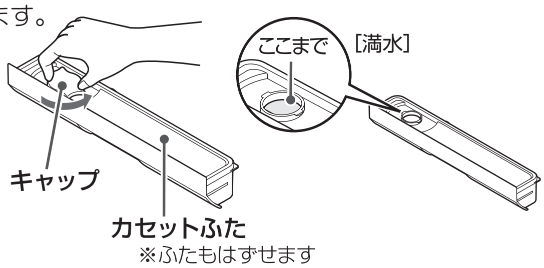


給水カセット

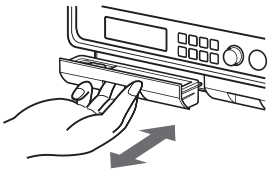
スチームに供給する水を入れる容器です。
使わないときも、本体にセットしておきます。
満水（約200ml）で「蒸し」で約30分、「過熱水蒸気」で約60分の調理ができます。

■水の入れかた

スチームを使う調理のとき、キャップを開け、満水（そそぎ口にかかるまで）まで水道水を入れてセットします。



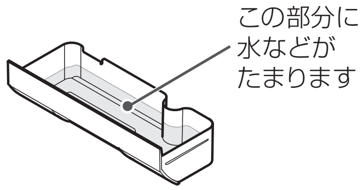
■取り付けかた・はずしかた



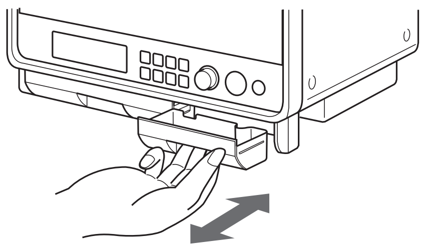
- キャップとカセットふたが確実に閉まっていることを確認してください。
- 奥に当たるまでしっかり差し込みます。
- 傾けると水がこぼれることがありますので、常に水平の状態で扱ってください。
- 使用後に残った水は、必ず捨ててください。

水受け

食品カスや水滴、スチームの水などを受ける容器です。
スチームを使わないときも、本体にセットしておきます。



■取り付けかた・はずしかた



- 調理前に確実にセットされていることを確認します。
- スチーム使用後は必ず水を捨ててください。
- 水がたまっている場合がありますので、気を付けてはずしてください。

スチーム（スチーム）を使用したときは 57 ページに従ってお手入れを行ってください。

お願い

- スチームを初めて使用するときや、長い間使用していないときに汚れなどが気になる場合は、56ページ「スチームを使ったお手入れのしかた」を行ってください。
- 給水カセットと水受けはいつも清潔にしておいてください。
- 使用する水は、水道水を使用してください。ミネラルウォーター、アルカリイオン水、井戸水などは使用しないでください。長時間使用した場合にスチーム吹出口が詰まることがあります。
- スチーム調理を行う場合は、必ず給水カセットに満水まで水を入れ、水受けと共に確実に本体にセットしてください。水が少なかったり、半挿入でスチーム調理を行うとエラー表示「給水」が出て、上手に調理できないことがあります。
- 給水カセットには水以外は入れないでください。故障の原因になります。
- 5℃以下の環境では使用しないでください。水が凍ってスチームが出なくなります。

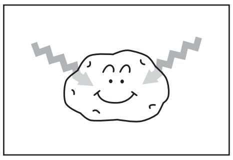
加熱のしくみ

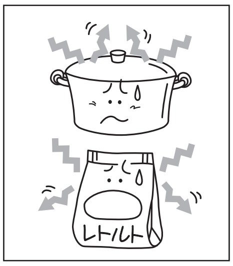
レンジ加熱

電波で食品を内と外から同時に加熱します。

表示部にを表示します。
焼網・金串などの金属物は使えません。

電波の性質
- 電波が食品に当たると食品の水分に吸収され、水の分子にまさつ運動が起こります。その結果、熱が発生し、食品は内部と外部が同時に加熱されます。
- 陶器や磁器などは電波を通しますが、金属製の容器や、アルミニウムのレトルトパックなどは電波を反射するので加熱できません。





自動メニュー例
あたため、牛乳、ゆで野菜（葉菜・根菜）、生解凍（解凍・さしみ）、お酒、スピードメニュー（3分メニュー・5分メニュー・8分メニュー）

レンジ調理のポイント

- **加熱時間は**
  食品の分量にほぼ比例します。
  分量を2倍にした場合は、加熱時間も2倍弱に合わせます。
- **レンジ加熱は**
  食品の水分が飛び、乾燥したり固くなりやすいので、少なめの時間設定で加熱します。

センサーについて

■食品の表面温度を検知できる赤外線センサーで、仕上がり具合を温度で管理しています。食品の初期状態（常温・冷蔵・冷凍）に関係なく、仕上がりを設定して加熱することができます。

煮込み・煮物調理

- 食品を一度沸騰させてから、出力を自動的に下げる調理です。

自動メニュー例
カレー・シチュー、肉じゃが

- **加熱時間は**
  選んだメニューによって、あらかじめ設定されていますので、設定する必要はありません。

お好み温度調理

- 食品を設定した温度にあたためます。
  低い温度の仕上がりができるので、ベビーフードのあたためや、バターなどをクリーム状にすることなどもできます。

- **調理温度と加熱時間は**
  メニューによって、適温の仕上がり温度が違います。
  43ページを参考に温度を設定します。
  仕上がり温度を優先する加熱なので時間は設定しません。

蒸し（レンジ＆スチーム加熱）

電波とスチームで加熱し、食品をしっとりふっくら仕上げます。

表示部にを表示します。
- 角皿・焼網・金串などの金属物は使えません。

自動メニュー例　※ヒーターを併用して加熱するメニューを含みます。
スチームあたため、中華まん蒸し、茶わん蒸し

ヒーター加熱

オーブン/過熱水蒸気調理

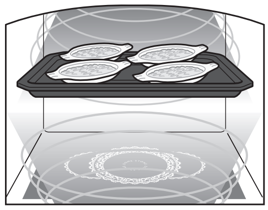
上下ヒーターを利用した庫内全体の熱で、食品を加熱します。

自動メニュー例
ハンバーグ、鶏の照り焼き、鶏のから揚げ、焼きそば、焼き魚(切り身)、グラタン、ローカロリーフライ、フランスパン、メロンパン、バターロール、ピザ、クッキー、シュークリーム、スポンジケーキ、シフォンケーキ、焼きいも

角皿

- お惣菜やお菓子を調理するときなどに使います。詳しくは料理集をご覧ください。

※庫内温度は測定場所や食品の量などによってばらつくことがあります。



オーブン調理のポイント

- **食品の置きかたは**
  加熱により、大きくなるメニューもあります。適度な間をあけてください。
- **加熱時間は**
  食品の様子を見ながら加減してください。
  続けて加熱するときなど庫内温度が高いときは、加熱時間を短く設定し様子を見ます。
- **加熱中は**
  庫内の温度が下がりやすいのでとびらの開閉は少なくしましょう。
- **焼きムラが気になるときは**
  加熱途中で食品の前後を入れ替えたり、濃い焼き色部分だけアルミホイルをかけます。
- **加熱後は**
  焦げすぎを防ぐため、すぐ取り出しましょう。

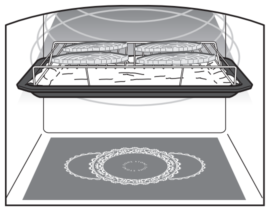
グリル調理

上ヒーターの強い熱を直接使って、食品の表面に焦げ目を付けます。

角皿＋焼網

- 魚などを、焼くときに使います。

自動メニュー例
焼き魚(丸身)



- **均等に焼き色を付けるために**
  加熱途中で食品を裏返します。
- **加熱後は**
  焦げすぎを防ぐため、すぐ取り出しましょう。

レンジ＆ヒーター加熱

電波で発酵させ、ヒーターで焼き上げます。

発酵時は、表示部にを表示します。
- 発酵のときは金属物(角皿・焼網)は使えません。

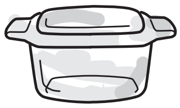
自動メニュー例
らくらくベーカリー

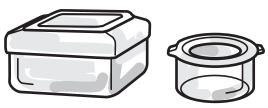
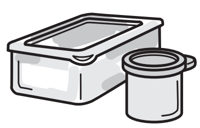
電波とヒーターで、食品を加熱します。

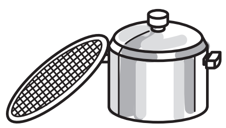
表示部にを表示します。
- 角皿・焼網・金串などの金属物は使えません。

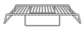
自動メニュー例
※スチームを併用して加熱するメニューを含みます。
カラッとあたため、ふっくらパン

使える容器・使えない容器

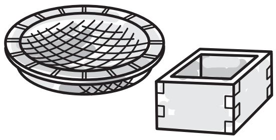
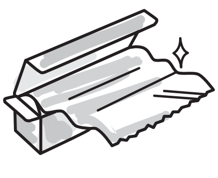
容器の種類：**ガラス**	**レンジ・スチームレンジ加熱 蒸し料理のとき**	**ヒーター加熱のとき**
耐熱性がある 	○ 使えます • ただし、加熱後急冷すると、割れることがあります。 • 自動であたためるときはふたをはずしてください。	○ 使えます ただし、加熱後急冷すると、割れることがあります。
耐熱性がない 	× 使えません カットグラス、強化ガラスなど、ガラスの厚みの変化が大きなもの、ひずみのあるものも使えません。	× 使えません

容器の種類：**プラスチック**	**レンジ・スチームレンジ加熱 蒸し料理のとき**	**ヒーター加熱のとき**
耐熱性がある （耐熱温度140℃以上） 「電子レンジ使用可能」表示があるもの 	○ 使えます • ただし、ふたには熱に弱いもの、密閉性の高いものがありますのではずしてください。 • 油脂、糖分の多い食品を入れると、高温になり溶けることがあるので使えません。 • 自動であたためるときはふたをはずしてください。	× 使えません 溶けて変形したり割れたりすることがあります。
耐熱性がない （耐熱温度140℃未満） 	× 使えません 電波で変形するもの （ポリエチレン・スチロール・フェノール・メラミン・ユリア樹脂など）は使えません。 ※ただし生解凍では発泡スチロール製のトレイが使えます。	× 使えません

容器の種類：**金属**	**レンジ・スチームレンジ加熱 蒸し料理のとき**	**ヒーター加熱のとき**
アルミニウム・ホーローなどの金属容器、金網、金串 	× 使えません 特に金網、金串は火花が飛ぶことがあります。	○ 使えます ただし、取っ手が樹脂のものは使えません。

付属品	レンジ	蒸し・スチーム	オーブン	過熱水蒸気	グリル
角皿 	×	×	○	○	○
焼網 	×	×	○	○	○

容器の種類：**陶磁器・漆器**	**レンジ・スチームレンジ加熱 蒸し料理のとき**	**ヒーター加熱のとき**
陶器・磁器 	○ 使えます • ただし、金・銀粉、金・銀箔使用の容器は火花が飛ぶことがあるので使えません。	× 使えません ただし、耐熱性のある陶器、磁器土鍋、グラタン皿などは使えます。
漆器 	× 使えません 塗りがはがれたり、ひびが入る恐れがあります。	× 使えません

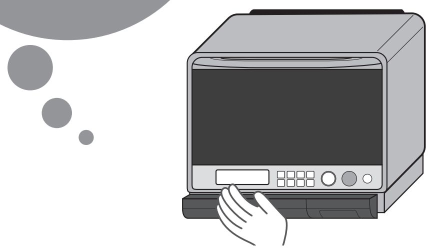
容器の種類：**その他**	**レンジ・スチームレンジ加熱 蒸し料理のとき**	**ヒーター加熱のとき**
木・竹・紙製品 	× 使えません 金属物を使っているものは、スパークしたり、燃えたりすることがあります。ただし、らくらくベーカリーでは、耐熱加工を施した紙やオーブンシートを使うことができます。	× 使えません ただし、耐熱加工を施した紙やケーキ用の硫酸紙は使えます。
アルミホイル 	× 使えません 火花が飛ぶので使えませんが、この取扱説明書で記載している使いかたであれば使えます。 生解凍　：33ページ 酒のかん：39ページ	○ 使えます 角皿に敷いたり、焦げ目の加減をするときやホイル焼きに使います。 一部のメニューでは使えません。
ラップ(耐熱温度140℃以上) 	○ 使えます ただし、油分の多い料理は高温になるので使えません。 ポリエチレン製のラップは溶けて燃えることがあるので使えません。	× 使えません 高温になり、溶ける恐れがあります。

お願い ここに記載のない容器の使いかたについては、販売メーカーまたは容器の製造メーカーにお問い合わせください。

使いかたのポイント



準備

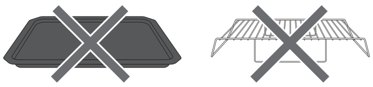


■スチームが付いているメニューは必ず給水の準備をする（表示部に 給水 が表示されます）

※給水の準備は15ページを参照ください

■付属品・容器は加熱（メニュー）に合ったものを利用する

- 「使える容器・使えない容器」（18～19ページ）と料理集を参照してください。
- レンジ加熱のときは、角皿・焼網は使用しないでください。（表示部に レンジ が表示されます）
  →火花が飛び、故障の原因になります。



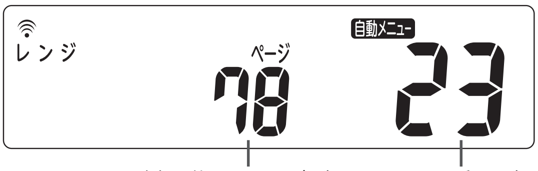
■取扱説明書・料理集をよく見て準備する

- 本誌に記載してある材料・分量・調理方法を守ってください。
  →材料・分量・調理方法が違うと、仕上がりが悪くなることがあります。
  また、場合によっては食品が発煙・発火する原因になります。

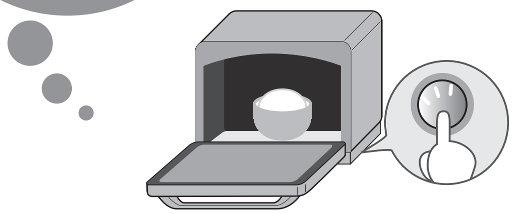


指定分量以外の場合や市販の料理本の調理は、手動で様子を見ながら加熱してください。

■ダイヤルメニューの選択中は料理集のページが表示されます



食品を入れる　設定

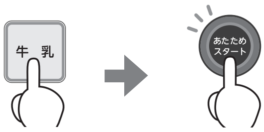


■自動加熱の設定のしかた

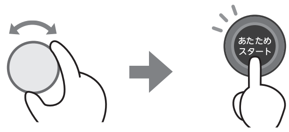
- 「あたため・スタート」
  キーを押すと、すぐにあたためが始まります。



- タッチメニュー4～8
  キーを押してメニューを選び、「あたため・スタート」を押すと加熱が始まります。

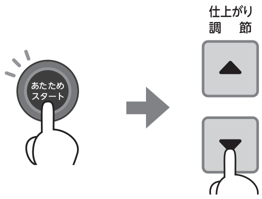


- ダイヤルメニュー9～41
  ダイヤルでメニューを選び、「あたため・スタート」を押すと加熱が始まります。

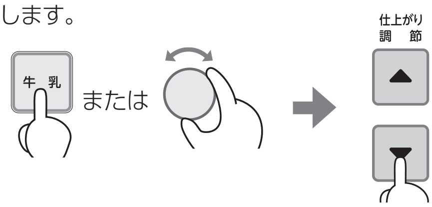


●お好みの仕上がりにしたいときは

→「あたため」
スタートした後に「仕上がり・調節」キーで設定します。（スタート後10秒以内に）

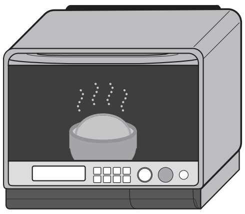


→自動メニュー4～38
メニューを選び、「仕上がり・調節」キーで設定します。



スタート後10秒以内であれば変更することができます。

調理中



■スチームを使用する調理のとき

●給水

調理途中で給水カセットの水がなくなるとブザーが鳴り、「給水」が点滅するので、水を追加してください。

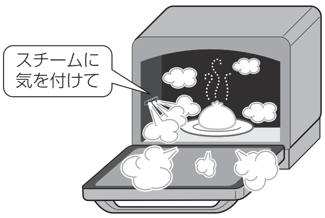
→水がないまま調理を続けると、でき上がりが悪くなることがあります。
表示が出たら早めに追加をしてください。

※追加後しばらくすると「給水」の表示が消えます。

※調理が一時停止したときは給水カセットに水を入れ取り付けた後、「スタート」キーを押してください。

●調理中にとびらを開けるときは

- 庫内から出てくるスチームに気を付けてください。
- スチーム吹出口からしばらくスチームが出ている場合もありますので気を付けてください。



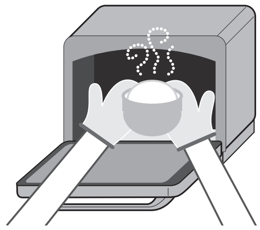


庫内温度によりスチームは目に見えない場合があります。特に過熱水蒸気は目に見えません。

■調理中

- 自動調理中にとびらを開けたときは、「とりけし」を押し、手動加熱で様子を見ながら加熱してください。
- オーブン調理のとき
  →室温・形・量・大きさ・初期温度・電源電圧などにより、焼き上がりの状態が変わります。
  加熱途中で食品の上下前後を入れ替えたり、部分的にアルミホイルをかけると上手に仕上がります。

調理終了後



■追加加熱するときは

●加熱が足りないときは

→調理終了後1分以内にダイヤルを回して時間を設定すると、直前の調理を延長することができます。（52ページ）

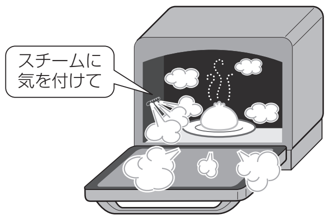
●繰り返して作るときは

→自動調理メニュー1～9、13、22～27、31、38、お好み温度、発酵は庫内が熱い場合は冷めるまで待つか、手動で様子を見ながら加熱をしてください。

■取り出すとき

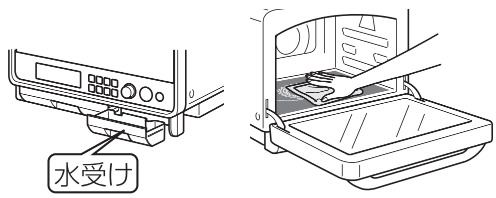
●熱くなっているので気を付ける

- 取り出した付属品は熱に弱い場所には置かないでください。
- 市販のミトンを両手に使用して、素手で直接付属品などに触れないでください。
  →ミトンは厚手のものを使用する。破れていたり、水にぬれたものは使用しないでください。
- スチームを使用したときは、とびらを開けると庫内からスチームが出てくることがあるので気を付けてください。



■スチームを使用したとき（お手入れ）

- 57ページに従ってお手入れを行ってください。
  →水受けも熱くなることがありますので、製品が冷めてから作業をしてください。

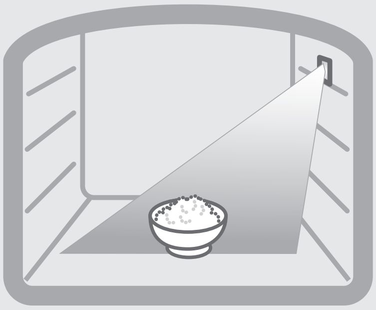


レンジで加熱するときは

あたため（ごはん・おかず・二品）、牛乳、生解凍（解凍・さしみ）、ゆで野菜（葉菜・根菜）、スチームあたため、お酒、お好み温度は赤外線センサー※を使用するレンジ加熱です。

※赤外線センサーとは

食品が放射する赤外線の量を測定して、食品の表面温度を検知するセンサーです。
食品の表面温度を検知しながら加熱するので、食品の初期温度や、容器の重さなどの影響を受けないで、設定した温度に食品をあたためることができます。



★赤外線センサーでの食品温度の検知を正しく行うために、22～23ページを参照し、上手に活用しましょう。

守っていただきたいこと

●ラップを正しく使う

- 食品によってラップをする場合としない場合があります。
  各メニューの説明をお読みください。
- ラップをするときは、何重にも重ねないでください。
  ラップの重なり合う部分が下になるように置いてあたためてください。
- 正しく使わないと、仕上がりが悪くなることがあります。
  また、食品が焦げたり、発煙・発火の原因になります。

●ふたは使わない

- 陶器製、ガラス製、プラスチック製などのふたをすると、赤外線センサーが食品の温度を正しく検知できず、上手にあたためられません。
- 市販のお弁当もふたを取り、アルミホイルなどをはずしてあたためてください。

●続けて使用するときは、必ず庫内を十分に冷ましてから使用する

- 庫内が熱いと赤外線センサーがうまく働きません。
  また、熱に弱い容器（プラスチック製など）が溶けたり変形したりすることがあります。
  表示部に「高温」が表示されたときは表示が消えるまでお待ちください。

●食品の分量に合った大きさの容器を使う

●容器はできるだけ背が低くて口の広いものを使う

●食品を入れる前に庫内の食品カスや、庫内やとびらの水滴などをふき取る

- 食品の温度を正しく検知できず、仕上がりが悪くなることがあります。

⚠警告

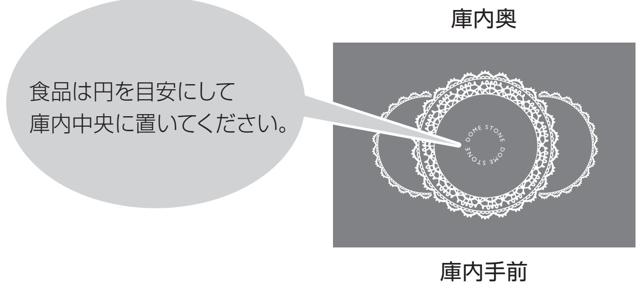
100g未満の食品は自動調理であたためない（禁止）

食品の温度が正しく検知できず過加熱となり、食品が発火する原因になります。
- 手動で様子を見ながら、あたためてください。

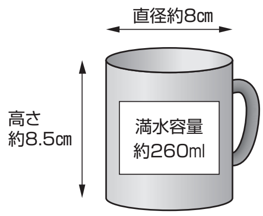
ふたのある容器は赤外線センサーを使用するレンジ加熱調理に使用しない（禁止）

ふたがあると食品の温度が正しく検知されず過加熱となり、食品の発火や容器が割れる原因になります。
- 容器のふたをはずしてあたためてください。

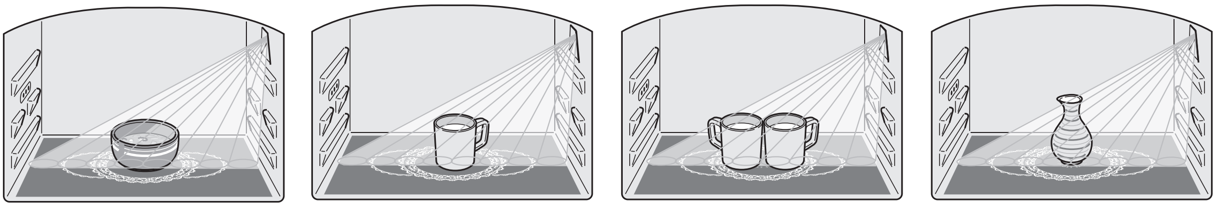
■食品の上手な置きかた



※マグカップは右の寸法のものを目安にお使いください。
※一杯の分量
容器の8分目まで入れてください。



赤外線センサーの検知イメージと置きかたの例



あたため、お好み温度　マグカップ1個（牛乳）　マグカップ2個（牛乳）　とっくり（お酒）

※操作手順や詳細は各操作ページを参照してください。



●食品は庫内の中央に置く
＊複数の食品の場合は必ず庫内中央に置き、容器を寄せるように置く

- 端に置くと仕上がりが悪くなる場合があります。必ず庫内の中央に置いてください。
- 小さい食品は、中央に置いても正しく検知できないことがあり、食品が発煙・発火する原因になります。少量の食品は手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。
- 飲みものは、端に置くと過加熱になり、沸騰したり、庫内から取り出した後に突然ふき出したりして、やけどの原因になります。

●二品あたためのときは、右に冷たい食品を置く

お使いになる前に…

庫内のカラ焼き・脱臭

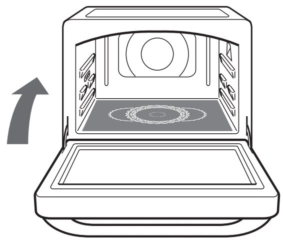
初めてお使いのときは、お手入れ機能の「41 脱臭」を使って油を焼き切っておきます。
最初、煙が出たり、臭いがすることがありますが、故障ではありません。
小鳥などの小動物は別の部屋に移し、換気のために換気扇を回すか窓を開けてください。

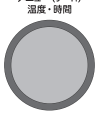




庫内のカラ焼き・脱臭をする

1 庫内には何も入れないで、とびらを閉める



2  を回して**41 脱臭** を選ぶ

• 脱臭時間は30分です。

3  を押す



スタート!

▶ ブザーが3回鳴って脱臭終了

●表示部に「高温」が表示されます。

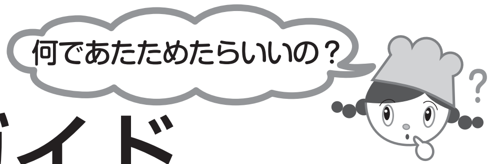


とびらを開け、温度が下がるのを待つ

- とびらのガラス面や庫内が熱くなっているので、気を付けてください。
- 繰り返して脱臭をしないでください。

庫内の臭いが気になるときは、庫内の汚れをふきとってからカラ焼き・脱臭しましょう。

あたためにに迷ったら…



「あたため」おすすめガイド

●ごはんやおかず

→あたため「**1 ごはん**」、「**2 おかず**」、「**3 二品**」で
ダイヤルメニュー「**9 スチームあたため**」で

➜ 26 ～ 29 ページ




●牛乳

→タッチメニュー
「**4 牛乳**」で

➜ 30 ～ 31 ページ



●お酒

→ダイヤルメニュー
「**13 お酒**」で

➜ 36・39 ページ



●コーヒー・水などののみもの

→手動の「**レンジ**」で
出力と時間を設定して

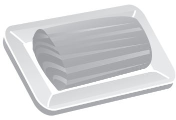
➜ 40 ～ 41・53 ページ




●肉や魚の解凍

→タッチメニュー
「**7 生解凍(解凍)・8 生解凍(さしみ)**」で

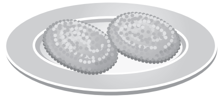
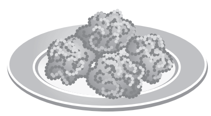
➜ 30・33 ページ

●揚げ物、焼き物などの調理済み食品

→ダイヤルメニュー
「**10 カラッとあたため**」で

➜ 36・38 ページ

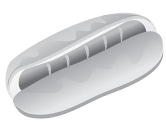



●バターロール・フランスパン・惣菜パン

→ダイヤルメニュー「**11 ふっくらパン**」で
惣菜パンは仕上がり調節〔強め〕で

➜ 36・38 ページ



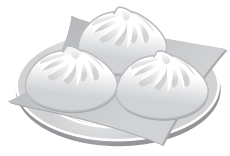


＊食パンのトーストは、107ページを参照してください。

●中華まん

→ダイヤルメニュー
「**12 中華まん蒸し**」で

➜ 36・38 ページ

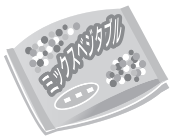


●冷凍ゆで野菜

→手動の「**レンジ**」で出力と時間を設定して

➜ 40 ～ 41・53 ページ







＊コーンやミックスベジタブルなどは
多めに水をふって耐熱容器に移し替えてください。

●市販の調理済み冷凍食品(コロッケなど)

→手動の「**レンジ**」で出力と時間を設定して

➜ 40 ～ 41・53 ページ





＊パッケージの記載内容を参考にして様子を
見ながらあたためてください。

ワンタッチでスタート！

あたためキーの基本操作

食品を入れて「**あたため**」キーを押すだけで簡単に食品をあたためることができます。
あたためには「1 ごはん」「2 おかず」「3 二品」があります。

ごはんをあたためたいとき
1回押すと　1 ごはん

おかずをあたためたいとき
2回押すと　2 おかず

二品を同時にあたためたいとき
3回押すと　3 二品

⚠警告

禁　止

100g未満の食品は自動調理であたためない

食品の温度が正しく検知できず過加熱となり、食品が発火する原因になります。

- 手動で様子を見ながら、あたためてください。

⚠警告

禁　止

飲みものは「あたため」キーであたためない

過加熱により、取り出すときに突然沸騰し、やけどの原因になります。

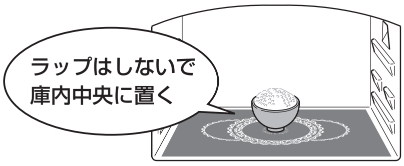
- 牛乳は「牛乳」キーを使い、お酒はメニューを「13(お酒)」に合わせ、コーヒー・水などは53ページの時間を参考に手動で様子を見ながらあたためてください。



例：ごはんをあたためる

1　食品(ごはん)を置く

付属品は使えません



2　［あたため スタート］を1回押す



食品やメニューによっては、途中から残り時間を表示することがあります。

- 押すごとに（1 ごはん →2 おかず →3 二品 →）と変わります。(5秒以内)

あたためスタート！

▶ブザーが3回鳴って加熱終了

- 食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。
  とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
- 調理終了後、**冷却中**が点滅し、機械室などをファンで冷却することがあります。
  ファンが動作中でも調理できます。（ただし、使用できない自動メニューがあります。）

容器が熱くなっています
取り出しには
気を付けて



■お好みの仕上がりを選ぶには

→ スタート後、10秒以内に「仕上がり調節」▲ ▼を押して強め弱めを加減する

- ▲を押すと〔強め1、2、3、仕上がり4〕、▼を押すと〔弱め1、2、3〕が設定できます。
- 〔仕上がり4〕は、ごはんとおかずのみ設定できます。

■3人分以上の食品をあたためるとき

→ スタート後、10秒以内に「仕上がり調節」▲を4回押し、〔仕上がり４〕に設定する

■加熱中にとびらを開けたとき

→ 「とりけし」を押し、手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためる(40～41ページ参照)

■終了後、さらにあたためたいとき(延長)

→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

「あたため」を上手に使うコツ



使いかたのポイント　（20 ～ 21 ページ）
守っていただきたいこと　（22 ～ 23 ページ）

■「1 ごはん」…ごはんをすばやくあたためます



★一度にあたためられる分量：冷蔵・常温は100～600g
冷凍は100～300g

高出力ですばやくあたためます

●冷蔵・常温ごはんはラップやふたをしないであたためる

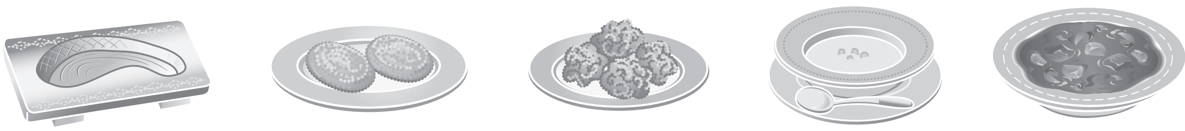
- かたまりはほぐし、冷蔵のごはんなど固めのものは水を振りかけます。

●冷凍ごはんはラップに包んだまま、器にのせてあたためる

- ラップに包んだまま、ラップの重なっている面を下にして皿にのせます。



■「2 おかず」…おかずをあたためます
はじけやすいおかず、とろみのあるおかず、汁物、冷凍したおかずなどもあたためられます



★一度にあたためられる分量：冷蔵・常温は100～600g
冷凍は100～300g

出力を自動で調節して上手にあたためます
＊「1 ごはん」より時間がかかります。

おかずを早くあたためたいときは、「1 ごはん」であたためてください。

●ラップやふたをしないであたためる

- 煮　物…煮汁を切ります。
- 蒸し物…パサついているときは霧を吹きます。
- 汁　物…「仕上がり調節」〔強め〕に設定します。
- 焼き魚…「仕上がり調節」〔弱め〕に設定します。

●冷凍した食品はラップに包んだまま、器にのせてあたためる

- 冷凍シューマイ…仕上がり調節を〔強め〕に設定します。
- 市販の冷凍食品は、手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。

●とろみのある食品はラップをしてあたためる

→カレーや八宝菜などのとろみのある食品は、汁気が飛ぶのを防ぐためにラップをします。

- 深めの器に入れ、食品にラップがぴったりつくように落とし込みます。
  （すき間があると赤外線センサーがうまく働かず、食品の発煙・発火の恐れがあります）
  あたたまったら全体を混ぜ合わせてください。
- カレーや八宝菜のようなとろみのあるおかずはあたたまりにくいので、
  「2 おかず」〔強め3〕であたためてください。
- 冷凍の場合はあたたまりにくいので、加熱不足のときは、手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。（40～41・53ページ）



■複数の食品をあたためるときは

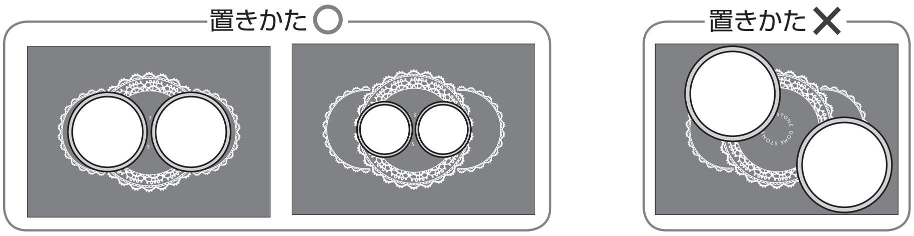
- 食品が同じもの（種類・温度・分量）のときは、「1 ごはん」か「2 おかず」であたためてください。
- 食品の種類が違ったり、温度差（冷凍と冷蔵、冷凍と常温、冷蔵と常温）があるときは、「3 二品」であたためてください。

上手に使うコツ

■「3 二品」…ごはんとおかずを同時にあたためます（温度差のあるものを同時にあたためます）

種類の違うもの、温度差のあるものを同時に食べごろにあたためます
＊「1 ごはん」より時間がかかります。

〈 置き位置 〉 中央に寄せるように置きます。
なるべく食品が端にならないようにしてください。
温度差があるときは、必ず右に冷たいものを置いてください。



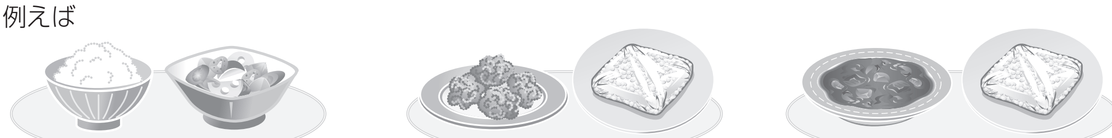
★一度にあたためられる分量 … 冷蔵・常温は、1品が約100〜250g
冷凍は、1品が約100〜150g

★食品の種類や分量の組み合わせによっては、うまくあたたまらないことがあります。

●あたためる分量を守る

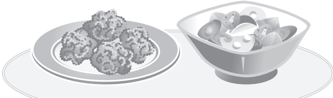
● **ごはんとおかずをあたためるとき**…おかずはごはんに対して少なめの分量にします。（ごはんの約半量〜同量）

例えば



冷蔵・常温ごはん と 冷蔵・常温おかず（ごはんに対して約半量）　冷蔵おかず と 冷凍ごはん（ごはんに対して少なめ）　常温カレー と 冷凍ごはん（ほぼ同量）

● **種類の違うおかずをあたためるとき**…ほぼ同量にします。



冷蔵・常温のおかず同士

●うまくあたたまらない場合

● 二品でうまくあたたまらない食品

- 冷凍カレー、スープ、はじけやすい焼き魚、市販の調理済み冷凍食品、たれやソースのかかったおかず
  →「2 おかず」で一品ずつあたためてください。（27ページ参照）
- パンやのみものなど
  →「あたため」おすすめガイドを参考にして、あたためてください。（25ページ参照）



冷凍カレー　スープ　市販の調理済み冷凍食品　パン　のみもの

● **冷凍を含む二品のとき**…加熱不足のときは、手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。

●ラップやふたをしないであたためる

- ごはん…かたまりはほぐし、冷蔵のごはんなど固めのものは水を振りかけます。
- 煮　物…煮汁を切ります。
- 蒸し物…パサついているときは霧を吹きます。

●冷凍した食品はラップに包んだまま、器にのせてあたためる

- 冷凍ごはん…ラップに包んだまま、ラップの重なっている面を下にして皿にのせます。

●とろみのある食品はラップをしてあたためる

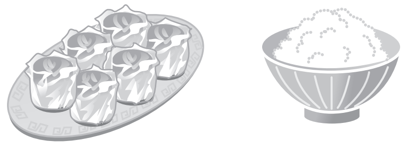
→カレーや八宝菜などのとろみのある食品は、汁気が飛ぶのを防ぐためにラップをします。

- 深めの器に入れ、食品にラップがぴったりつくように落とし込みます。
  （すき間があると赤外線センサーがうまく働かず、食品の発煙・発火の恐れがあります）
  あたたまったら全体を混ぜ合わせてください。
- カレーや八宝菜などのとろみのある食品はあたたまりにくいので、「3 二品」〔強め3〕であたためてください。

上手に使うコツ

■「9 スチームあたため スチーム」…シューマイやごはんなどをしっとりあたためます

➡ 36 ページ



スチームを出して
しっとりあたためます
＊「1 ごはん」「2 おかず」
より時間がかかります。

★一度にあたためられる分量 … 冷蔵・常温は100〜600g
冷凍は100〜200g

★3人分以上加熱するときは …「仕上がり調節」▲を4回押して、〔仕上がり４〕にしてください。

●ラップやふたをしないであたためる

→スチームが食品の乾燥を防ぎ、しっとりふっくらあたためます。

- ごはん…「仕上がり調節」〔標準〕に設定します。
- 蒸し物やおかず…「仕上がり調節」〔強め〕に設定します。

●とろみのある食品はあたためない

- カレーや八宝菜のようなとろみのある食品は、あたたまりにくいので
「2 おかず」〔強め3〕であたためてください。

＊中華まん・肉まん・あんまんは、大きさによっては上手に
あたたまらないことがあります。
「12 中華まん蒸し」であたためるか、「スチームレンジ」または
「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。



◇◆ごはんの冷凍保存方法◇◆

- ごはんはなるべく炊きたてのあつあつのものを用意しましょう。
あつあつの状態でラップに包むと、蒸気を逃がさず保存できるので、あたためても乾燥しにくくなります。
- ごはんはラップで直に包みましょう。
保存容器や保存袋などに入れると、上手にあたたまらないことがあります。
- ごはんは薄く（2〜3㎝）、1回分（150g）ずつ平らな形に整えます。
丸めたり、大量のごはんをひとまとめにすると、中まであたたまりにくくなります。



専用キーで手軽にあたため

タッチメニューキーの基本操作

[牛 乳] [ゆで野菜] [生解凍] はダイヤルを回さずに、専用キーを押すだけ。

⚠警告

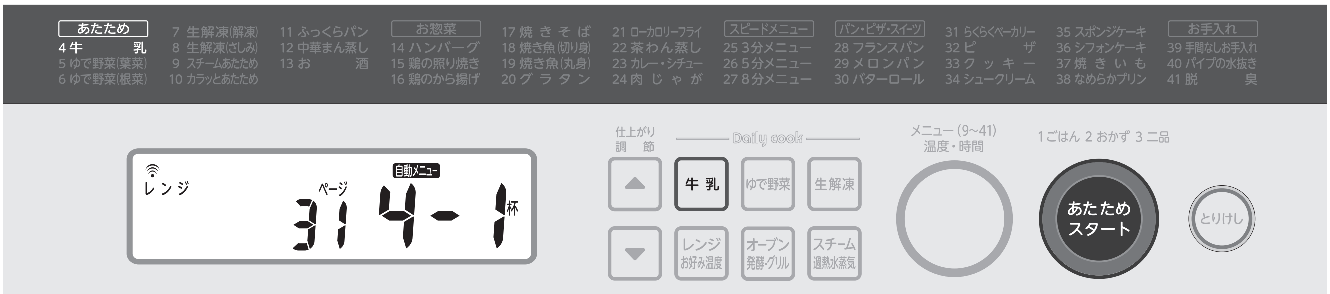
飲みものは加熱しすぎない

禁 止

飲みもの(コーヒー、牛乳、豆乳、水)などの液体は、取り出すときに突然沸騰し、やけどの原因になります。また、容器が熱くなり、割れたり溶ける原因になります。

- 飲みものはあたためる前後にスプーンなどでよくかき混ぜてください。

【表示例：牛乳】

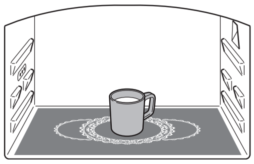


例：牛乳をあたためる

1 食品を庫内に入れる

※必ず、庫内中央に置きます。

付属品は使えません



2 [牛 乳]を押し、杯数を選ぶ

※タッチメニューは右のように切り換わります。

- [牛 乳] 4-1 杯 → 4-2 杯 → 4-3 杯 → 4-4 杯（→ 4-1 杯に戻る）
- [ゆで野菜] 5 ゆで野菜（葉菜）←→ 6 ゆで野菜（根菜）
- [生解凍] 7 生解凍（解凍）←→ 8 生解凍（さしみ）

3 [あたため スタート]を押す

●途中から残時間表示に切り替わります

表示例：牛乳



加熱スタート！

▶ブザーが3回鳴って加熱終了

●食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。
とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

●調理終了後、[冷却中]が点滅し、機械室などをファンで冷却することがあります。
ファンが動作中でも調理できます。（ただし、使用できない自動メニューがあります。）

容器が熱くなっています
取り出しには
気を付けて



■[牛 乳] [ゆで野菜] [生解凍]のお好みの仕上がりを選ぶには

→ メニューを選んだ後、[▲] [▼]を押して加減する

- [▲]を押すと〔強め〕、[▼]を押すと〔弱め〕になります。
  強め弱めとも1、2、3の設定ができます。
  また、スタート後も10秒以内であれば変更することができます。「仕上がり4」はゆで野菜(根菜)のみ設定できます。

■加熱中にとびらを開けたとき

→ 手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためる
(40～41・53ページ)

■終了後さらに加熱したいとき(延長)

→ 調理終了後1分以内にダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

牛乳

操作方法は
30 ページ

付属品は
使えません



使いかたのポイント　（20 ～ 21 ページ）
守っていただきたいこと（22 ～ 23 ページ）

4 牛乳

★押すごとに　4-1 杯 → 4-2 杯 → 4-3 杯 → 4-4 杯 →（4-1 杯）と変わります。

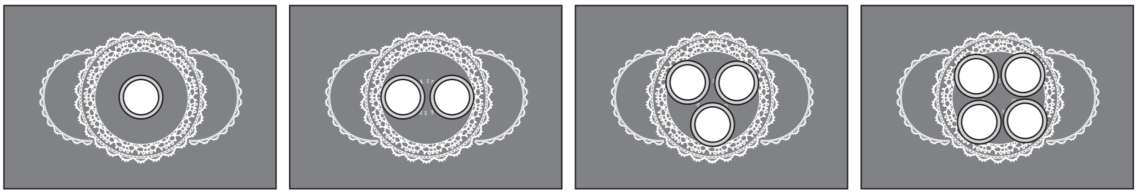
●一度にあたためられる分量… 4-1：1杯、4-2：2杯、4-3：3杯、4-4：4杯です。
（過加熱の原因となりますので、杯数を選択するときに、よく確認してください）

上手にあたためるために

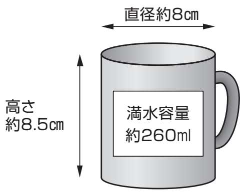
●マグカップは庫内中央に置いてください。
庫内中央以外に置くと赤外線センサーが正しく検知できず、沸騰する恐れがあります。

●個数に合わせた置きかた

1個　2個　3個　4個



●容器の種類・大きさ・牛乳の量を守ってください。
容器の種類・大きさ・牛乳の量が違うと、赤外線センサーがうまく働かない場合があります。
- 容器…背が低く広口のマグカップ。
  マグカップは右の大きさのものを目安にお使いください。
- 1杯の量…200mlを基準としています。
  （基準より少ない場合は、沸騰する恐れがあります）



●取り出すとき、牛乳が突然沸騰し、飛び散ってやけどの原因になることがあります。
- あたためる前後に牛乳をスプーンなどでよくかき混ぜてください。
- あたためた後は、少し時間をおいて取り出してください。



■容器の種類・大きさや牛乳の量が異なる場合には

→手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。（40～41・53ページ）

■コーヒー・水などののみものは

→手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。（40～41・53ページ）

上手に使うコツ

ゆで野菜

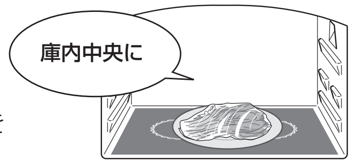
操作方法は
30 ページ

**付属品は
使えません**

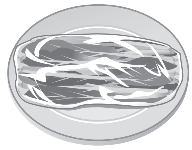


使いかたのポイント　　　(20 ～ 21 ページ)
守っていただきたいこと　(22 ～ 23 ページ)

5 ゆで野菜(葉菜)：ほうれん草/ブロッコリー/キャベツなど

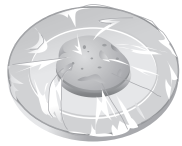


- 分量…100～300g(食品の重さのみ)
- ゆでかた…水洗いしてラップできっちり包み、ラップの重なり合う部分を下にして平皿にのせて加熱します。
- 葉と茎を交互に重ね、太い茎には十文字に包丁を入れて、ラップで包みます。
- できるだけ幅広く包み、平皿からはみ出さないようにします。
- 量が多いときは半分に分け、ラップで包みます。



6 ゆで野菜(根菜)：じゃがいも/さといも/かぼちゃなど

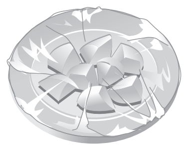
- 分量…100～600g(食品の重さのみ)
  ＊450g以上加熱するときは、「仕上がり調節」▲を4回押して(仕上がり4)にしてください。
- ゆでかた…水洗いして平皿にのせ、平皿ごときっちりラップをして加熱します。ラップは食品に触れるようにしてください。



丸ごとゆでるとき

平皿ごとラップをして加熱し、加熱後は庫内から取り出し、ラップをしたまましばらく(約5分)おいておきます。
(食品が乾きやすいのでラップは取らずにおいておきます)

- 2個以上のときは仕上がりを同じにするため、大きさをそろえます。
- 丸くて高さのある大きなじゃがいもは、「仕上がり調節」〔強め〕を使います。



切ってゆでるとき

皮をむいて大きさをそろえて切り、水をふって平皿にのせ、平皿ごときっちりラップをして加熱します。

●大きさの違う野菜や、水分を多く加える必要がある野菜をゆでるときは

多めに水をふって耐熱容器に入れ、ラップして「レンジ600W」を選び、時間を設定して加熱します。(40～41・53ページ参照)

- 小さく切ったにんじんやミックスベジタブルを「根菜」で加熱すると、火花がでて焦げたり、乾燥することがあります。



■食品の分量が100g未満の場合は

→「レンジ600W」で様子を見ながら加熱してください。(40～41・53ページ)
自動で調理すると発煙・発火の原因になります。



お願い

- 葉菜/根菜とも、必ず平皿にのせて加熱してください。
- 葉菜は、食品のみラップをして、平皿ごとラップはしないでください。
- 根菜は、平皿ごとラップをしてください。
- ラップを何重にも重ねたり、巻いたりしないでください。
- ラップ以外のものをかぶせないでください。

※正しい使いかたをしないと、食品の過加熱となり発煙・発火する原因になります。また火花がでて、庫内底面が割れたり、故障の原因になります。

上手に使うコツ

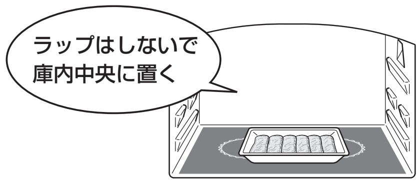
生解凍

操作方法は
30 ページ

付属品は
使えません



使いかたのポイント　（20 ～ 21 ページ）
守っていただきたいこと　（22 ～ 23 ページ）



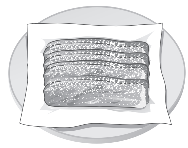
●冷凍室で冷凍保存していた肉や魚を自動で解凍します。
●冷凍庫から出したらすぐに、カチコチの状態で解凍してください。
★一度に解凍できる分量は100～600gです。

7 生解凍（解凍）

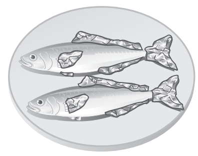
• 肉や魚を、解凍後すぐに、調理するのに適した状態に仕上げます。

8 生解凍（さしみ）

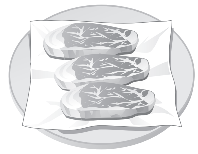
• サクッと包丁が入る状態に仕上げます。盛り付けて食卓に出すときが食べごろです。



●ラップやふたをはずして、発泡トレイのまま解凍する
• 深めの発泡トレイはセンサーがうまく働かないことがあるので、浅めのトレイに移すか、平らな皿にペーパータオルを敷き、その上に置いて解凍してください。



●アルミホイルで、変色や煮えを防ぐ
• 分量の多いときや形が均一でないときは周囲を包むことをおすすめします。
• 魚などの身の細い部分に巻いて、加熱しすぎを防ぎます。



●解凍する食品の大きさをそろえる
• 上手に解凍できる食品の厚さは3㎝まで。
同時に2つ以上解凍するときは、同じ種類、同じ大きさのものをそろえます。
厚みのあるかたまり肉は、「仕上がり調節」〔強め〕に設定します。

●庫内を十分冷ましてから解凍する
• 庫内が熱いとセンサーがうまく働きません。表示部に「C21」「高温」が表示されたときは、「とりけし」キーを押し、とびらを開けて庫内が冷めるまでお待ちください。

■解凍する食品の分量が100g未満の場合や解凍不足のときは
→「レンジ200W」で様子を見ながら解凍してください。
（40～41・53ページ）



上手な冷凍をして、上手に解凍しましょう！

●食材は新鮮なものを用意し、冷凍してください。
●食材は薄く（2～3㎝）、1回分ずつ平らな形にそろえてください。
重ねたり、かたまり状にすると上手に解凍できません。

ダイヤルメニュー一覧

メニュー番号
調理(9〜38)/お手入れ(39〜41)

● 操作は 36 〜 37 ページをご覧ください。

	メニュー番号	メニュー分類 参照ページ	加熱方法	給水の準備	使用する付属品
あたため	9	スチームあたため スチーム 29ページ	レンジ	満水	付属品は使えません
	10	カラッとあたため スチーム 38ページ	レンジ+ヒーター+スチーム	満水	
	11	ふっくらパン 38ページ	レンジ+ヒーター	空	
	12	中華まん蒸し スチーム 38ページ	レンジ+スチーム	満水	
	13	お酒 39ページ	レンジ	空	
お惣菜	14	ハンバーグ 66ページ	ヒーター	空	
	15	鶏の照り焼き スチーム 67ページ	ヒーター+スチーム	満水	
	16	鶏のから揚げ スチーム 73ページ	ヒーター+スチーム	満水	
	17	焼きそば スチーム 75ページ	ヒーター+スチーム	満水	
	18	焼き魚(切り身) スチーム 70ページ	ヒーター+スチーム	満水	
	19	焼き魚(丸身) 70ページ	ヒーター	空	
	20	グラタン 71〜72ページ	ヒーター	空	
	21	ローカロリーフライ 74ページ	ヒーター	空	
	22	茶わん蒸し スチーム 75ページ	レンジ+ヒーター+スチーム	満水	付属品は使えません
	23	カレー・シチュー 78ページ	レンジ	空	
	24	肉じゃが 79ページ	レンジ	空	
	■ スピードメニュー				
	25	3分メニュー 84〜86ページ	レンジ	空	付属品は使えません
	26	5分メニュー 86〜89ページ	レンジ	空	
	27	8分メニュー 89〜91ページ	レンジ	空	

	メニュー番号	メニュー分類 参照ページ		加熱方法	給水の準備	使用する付属品
パン・ピザ・スイーツ	28	フランスパン スチーム 100〜101ページ		ヒーター+スチーム	満水	
	29	メロンパン 105ページ		ヒーター	空	
	30	バターロール 98ページ		ヒーター	空	
	31	らくらくベーカリー	発酵	レンジ	空	付属品は使えません
		39・108ページ	焼き上げ	ヒーター	空	
	32	ピザ 106〜107ページ		ヒーター	空	
	33	クッキー 110〜111ページ		ヒーター	空	
	34	シュークリーム スチーム 116〜117ページ		ヒーター+スチーム	満水	
	35	スポンジケーキ スチーム 112〜113ページ		ヒーター+スチーム	満水	
	36	シフォンケーキ 114〜115ページ		ヒーター	空	付属品は使いません
	37	焼きいも 120ページ		ヒーター	空	
	38	なめらかプリン スチーム 120ページ		ヒーター+スチーム	満水	

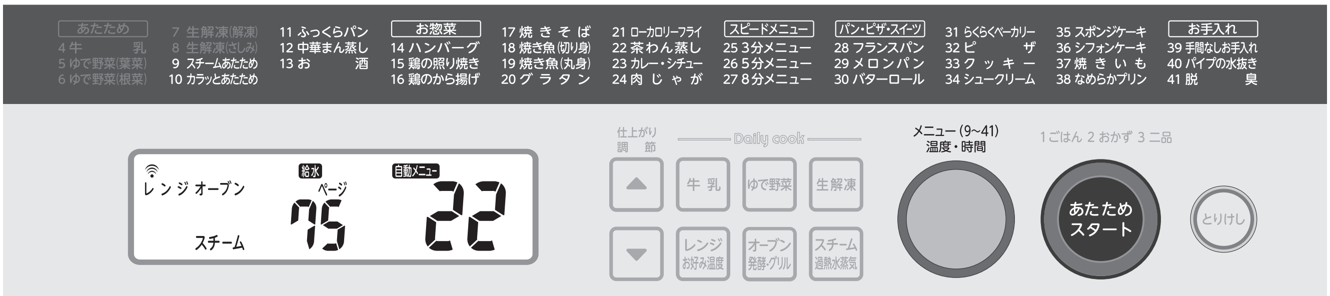
	メニュー番号	メニュー分類 参照ページ	給水の準備と付属品の使用
お手入れ	39	手間なしお手入れ スチーム 56ページ	満水 付属品の汚れを落としたいときは、庫内に付属品を入れます
	40	パイプの水抜き 57ページ	を本体からはずします
	41	脱臭 24ページ	空 付属品は使いません

メニューを選んで自動調理

ダイヤルメニュー操作

ダイヤルメニューの付属品の使用についてはダイヤルメニュー一覧（34～35ページ）をご覧ください。

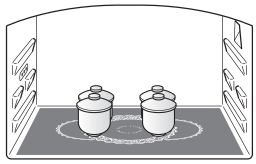
ダイヤルを回し、お好きなメニューを選んで自動調理することができます。
38～39ページで「上手に使うコツ」を説明しています。



基本操作（※メニューによって操作が一部異なります。料理集を参照して操作を進めてください。）

1 食品を入れる

- 指定の位置に置きます。
- 料理集に 💧 マークのあるメニューは、給水の準備をします。
- 給水の準備は15ページ参照。



2 （メニュー(9～41) 温度・時間）を回してメニューを選ぶ

- 表示部にメニュー番号9～41が表示されるので、メニュー番号を選んでください。

3 （あたため スタート）を押す

表示例：茶わん蒸し

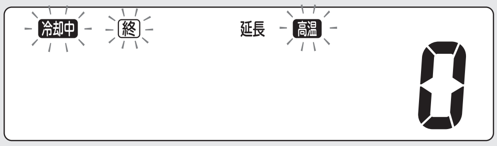


残り時間が表示されます。

スタート！

▶ **ブザーが3回鳴って加熱終了**

●表示部に「高温」が表示されます。



とびらを開け、食品を取り出す

●食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。また、スチーム調理終了後は吹出口から出るスチームに気を付けてください。

スチーム（スチーム）の使用後は…　（終了後のお手入れについては**57ページ**参照）

■お好みの仕上がりを選ぶには

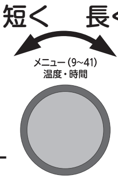
→ メニューを選んだ後、▲ ▼を押して加減する

- ▲を押すと〔強め〕、▼を押すと〔弱め〕になります。強め、弱めとも1、2、3があります。
また、スタート後も10秒以内であれば変更することができます。

■終了後、さらに加熱したいとき（延長）

→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

■途中で調理時間を増減したいとき（10、11、14～21、28～37のみ）



→ 加熱中、残り時間が表示された後、ダイヤルを回して1分ずつ増減する

- 10、11、31はオーブン加熱中のみ増減できます

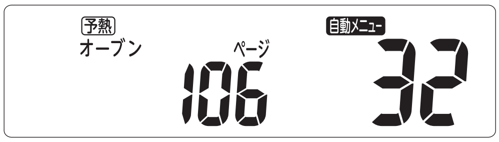
■スチーム調理のとき調理途中で給水カセットの水がなくなると

→ ブザーが鳴り表示部に「給水」が点滅するので、給水カセットに水を追加する

- 水を追加してしばらくすると「給水」の表示が消えます。
（調理途中でも給水カセットに水を追加することができます）

予熱が必要な調理の操作（※角皿を入れて予熱するメニューがあります。料理集に従ってください）

1 （メニュー（9～41）温度・時間）を回してメニューを選ぶ



- 表示部にメニュー番号9～41が表示されるので、メニュー番号を選んでください
- 料理集に💧マークのあるメニューの場合は、給水の準備をします。
- 給水の準備は15ページ参照。

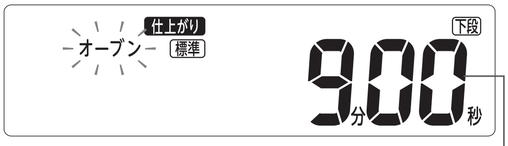
2 （あたため スタート）を押して予熱を開始する

▶ **ブザーが5回鳴り、予熱終了**

- 予熱中、庫内灯は点灯しません。
- 角皿を入れて予熱した場合は、角皿が熱くなっているので、取り出しや食品をのせる際には気を付けてください。
- 予熱は約20分間保持されます。
  その間、何もしないと調理が終了になります。

3 食品を入れて（あたため スタート）を押す

表示例：ピザ

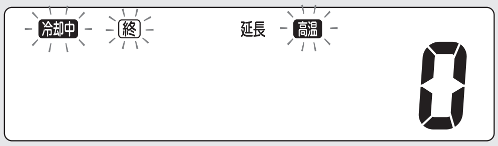


残り時間が表示されます。

スタート！

▶ ブザーが3回鳴って加熱終了

●表示部に「高温」が表示されます。



とびらを開け、食品を取り出す

●食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。
とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。また、スチーム調理終了後は吹出口から出るスチームに気を付けてください。

スチーム（スチーム）の使用後は…　（終了後のお手入れについては**57ページ**参照）

お願い

調理終了後、角皿などは熱くなっています。
- 取り出した角皿などは熱に弱い場所には、置かないでください。
- 子供や幼児の手が触れないように気を付けてください。
- 市販の厚手のミトンを両手に使用して、素手で食品や付属品などに触れないよう気を付けてください。
- 破れたミトンや、水にぬれたミトンは使わないでください。

スチームを使った調理のとき
- とびらを開けて食品を取り出すときは、庫内から出てくるスチームに気を付けてください。
- 調理中にとびらを開けたときには、しばらくスチームが出ている場合があります。スチーム吹出口に気を付けてください。

お知らせ

- 料理集に記載してある料理(分量)以外は、ダイヤルメニューで上手に仕上がらないことがあります。手動調理で様子を見ながら加熱をしてください。また、室温・初期温度・電源電圧などによって、仕上がり状態が変わることがあります。

上手に使うコツ

カラッとあたため

操作方法は36ページ

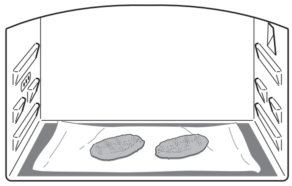
10 カラッとあたため スチーム （加熱時間の目安 約10分）

付属品は使えません

常温の揚げ物・焼き物、市販の調理済み食品をあたためます。

●分量 … 100～200ｇ （コロッケ・・・1～2個程度／えびの天ぷら・・・1～4尾程度）

●あたためかた…包装・容器を取りはずし、庫内底面にオーブンシートを敷き、その上に食品をのせてあたためます。



- 熱さの好み、種類、個数によって「仕上がり調節」で加減してください。
- 冷蔵の調理済み食品は「仕上がり調節」〔強め〕であたためてください。
- 市販の調理済み冷凍食品には使えません。

●包装や容器は、取りはずしてあたためる。
- レンジとヒーターとスチームの組み合わせ加熱です。
  アルミホイルなどの金属は火花が飛ぶことがあるので絶対に使わないでください。
- ラップやビニールなどの熱に弱い包装は取りはずしてください。
  食品は容器などに移さず、必ずオーブンシートに直接置いてあたためます。

ふっくらパン

11 ふっくらパン （加熱時間の目安 約5分）

付属品は使えません

市販のパン（バターロールやフランスパン）を外はパリッと中はふんわりとあたためます。

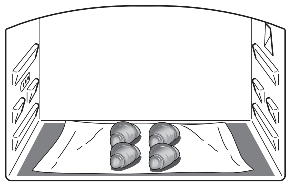
●一度にあたためられる分量 … 4個。（1個約30ｇ）

●あたためかた…食品の包装・容器をはずし、庫内底面にオーブンシートを敷きその上に置いてあたためます。



※冷凍したパンは自然解凍してからあたためてください。
※熱さの好み、パンの初期状態（冷蔵／常温）、個数によって「仕上がり調節」で加減してください。
※惣菜パンのような、中身が入っているパンは、「仕上がり調節」〔強め〕であたためてください。
※食パンのトーストは、107ページを参照してください。

●包装や容器は、取りはずしてあたためる
- アルミホイルは取りはずしてください。
  レンジとヒーターの組み合わせ加熱のため、アルミホイルなどの金属は火花が飛ぶことがあるので絶対に使わないでください。
- ラップやビニールなどの熱に弱い包装は取りはずしてください。
  容器などに移さず、必ず庫内中央に直接オーブンシートにのせて置きます。



中華まん蒸し

12 中華まん蒸し スチーム （加熱時間の目安 約2分）

付属品は使えません

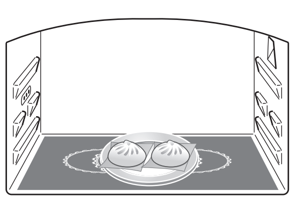
市販の中華まんを、スチームでしっとり・ふんわりとあたためます。

●一度にあたためられる分量 … 1個約100ｇ
冷蔵・常温は1～4個、冷凍は1～2個

●あたためかた … 食品の包装・容器をはずした中華まんを皿にのせ、中央に置いてあたためます。

※熱さの好み、初期状態（冷蔵･常温／冷凍）、個数、中華まんの大きさによって、下記の表を目安に「仕上がり調節」で加減してください。

仕上がり調節	弱め 1	標準	強め 1	強め 2
加熱時間の目安	（約 1 分）	（約 2 分）	（約 3 分）	（約 4 分）
冷蔵・常温（1～4 個）				
冷凍（1～2 個）	―		―	



●包装や容器は、取りはずしてあたためる。
- ラップやビニールなどの包装は取りはずしてください。

お酒

操作方法は36ページ

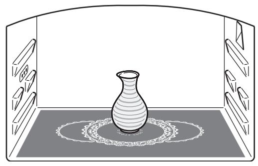
守っていただきたいこと　（22～23ページ）

13 お酒

付属品は使えません

★一度にあたためられる分量はとっくり1～4本です。

●容器の大きさ・お酒の量を守ってください。
- 容　　器…背が低く、ずんぐりとしたとっくり。
  （容器の大きさ・形状・材質で仕上がりが変わります）
- 1本の量…160ml(とっくりの8分目)を基準としています。
  （基準より少ない場合は、沸騰する恐れがあります）
- 加熱ムラを少なくするために…とっくりの首の細い部分をアルミホイルで覆う。
- 3本以上をあたためるときは、「仕上がり調節」▲を4回押して、〔仕上がり4〕にしてください。



とっくり（お酒）

●庫内中央以外に置くと赤外線センサーが正しく検知できず、沸騰する恐れがあります。
●コップであたためるときは、手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。

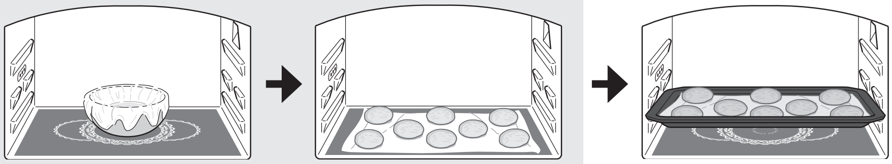
らくらくベーカリー

31 らくらくベーカリー

レンジを使って発酵時間を短縮。
生地作りから焼き上げまで設定もおまかせ。簡単にパンが作れます。

●作りかた … 一次発酵・成形発酵・焼き上げの各段階で、調理工程が一度止まります。
料理集108ページの手順に従って作業を進めてください。
スタートを押すと、次の工程に進みます。

●調理工程 … 一次発酵（レンジ約7分）→成形発酵（レンジ約6分）→焼き上げ（オーブン約21分）



付属品は使えません

- お好みの焼き上がりにしたいときは、メニューを選んだ後、「仕上がり調節」で加減します。
  〔強め3〕、〔弱め3〕のみ、発酵時間が自動的に調整されます。
- 焼き上げ途中で調理時間を増減したいときは、加熱中、調理時間が表示された後、ダイヤルを回して1分ずつ増減する。
- 調理途中で残り時間が表示されます。表示される時間は、発酵から焼き上げまでのトータル時間です。
  各工程の残り時間ではありませんので、ご注意ください。



途中で残り時間が表示されます。
（発酵から焼き上げまでのトータル時間が表示されます）

●付属品に注意する

- 一次発酵と成形発酵はレンジ加熱なので、付属品は使えません。
  付属品(角皿･焼網)や金属製の容器、耐熱性ではない容器は使えませんので、調理前にご確認ください。

お知らせ

- 料理集に記載してある料理（分量）以外は、自動調理で上手に仕上がらないことがあります。手動調理で様子を見ながら加熱をしてください。また、室温・初期温度・電源電圧などによって、仕上がり状態が変わることがあります。

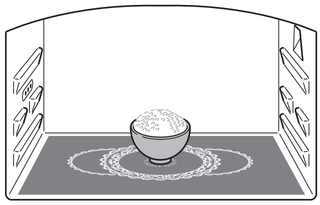
時間・出力を合わせて

レンジで調理する

付属品は使えません



1 食品を入れる

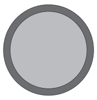


• 食品の量に合った耐熱性の容器に入れ、円を目安に庫内中央に置きます。

2  を押して **出力** を選ぶ

• 押すごとに 600W → 500W → 200W → 1000W → お好み温度 → 煮込み* → (600Wに戻る) と変わります。

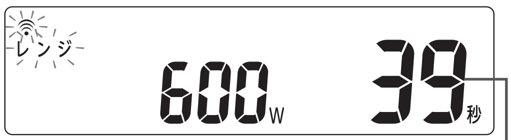
＊煮込みを選ぶと初めに設定する600Wが表示されます。

3  を回して **時間** を合わせる

• 最大設定時間
  レンジ1000W：3分
  レンジ600W、500W：30分
  レンジ200W：90分

4  を押す

▶ **加熱開始**



残り時間が表示されます。

▶ **ブザーが3回鳴り、加熱終了**

• 食品を取り忘れると、ブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 容器が熱くなっているので、気を付けて取り出してください。
• 調理終了後、冷却中が点滅し、機械室などをファンで冷却することがあります。
  ファンが動作中でも調理できます。(ただし、使用できない自動メニューがあります。)

手動加熱の設定は53ページを参照してください。

手動1000Wで繰り返しご使用になった場合、電気部品の保護のため、調理途中で出力が600Wに切り換わります。

⚠警告

禁止

食品は加熱しすぎない

食品の加熱しすぎは、発煙・発火の原因となります。

- 調理中、様子を見ながらあたためてください。

⚠警告

禁止

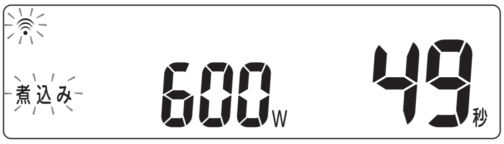
飲みものは加熱しすぎない

飲みもの（コーヒー、牛乳、豆乳、水）などの液体は、取り出すときに突然沸騰し、やけどの原因になります。また、容器が熱くなり、割れたり溶ける原因になります。

- 飲みものはあたためる前後にスプーンなどでよくかき混ぜてください。
- 調理中、様子を見ながらあたためてください。

煮込み

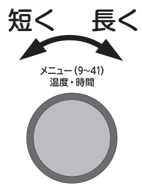
- 初めに600W（強）、次に200W（弱）で加熱します。
- 操作3でまず600Wの時間を合わせ、もう一度 レンジ を押し、200Wの時間を合わせてスタートを押します。
- レンジ600Wの加熱が終わると、続けてレンジ200Wの調理残り時間が表示されます。



■途中で調理時間を増減したいとき

→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する

- 1000Wの残時間表示が3分以下のとき、600W、500Wの残時間表示が5分以下のときは、10秒単位の増減になります。
- 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、1000Wで3分、600W・500Wで30分、200Wで90分までです。



■終了後、さらに加熱したいとき（延長）

→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

■調理時間の設定単位・出力の使い分け目安

調理時間はレンジの出力によって合わせかたが違います。

レンジ	設定単位	出力	火力	使い分け
レンジ 1000W	0〜3分：10秒単位	1000W	強火	●食品をすばやくあたためる
レンジ 600W 500W	0〜5分：10秒単位／5分〜10分：30秒単位／10分〜30分：1分単位	600W	中火	●野菜をゆでる（下ごしらえ） ●食品をあたためる
		500W	中火	●調理全般 ●冷凍食品をあたためる ●はじけやすい食品をあたためる
レンジ 200W	0〜15分：30秒単位／15分〜40分：1分単位／40分〜90分：5分単位	200W	弱火	●煮込む ●解凍する

●調理内容に合わせてラップを使う

- あたためはラップ不要ですが、メニューによってはラップをかけてあたためます。
詳しくは手動加熱の設定時間の目安（53ページ）や料理集で確認してください。

●冷凍食品について

市販の冷凍食品をあたためるときは、パッケージに記載の出力と、加熱時間を参考にしてください。
加熱時間は目安ですので、加熱の不足があるときは様子を見ながら時間を調節してください。



お願い

ミックスベジタブルの少量でのあたためはしないでください。火花が出て焦げたり、乾燥することがあります。

食品を

お好みの温度にあたためる

付属品は使えません

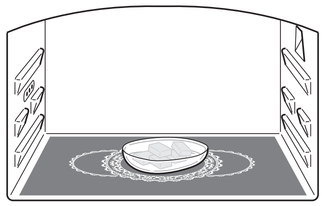
◆分量は一人分（150g）を基準としています。



例：バターをやわらかくする

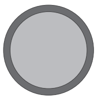
1 食品を入れる

• 食品の量に合った耐熱性の容器に入れ、円を目安に庫内中央に置きます。



2  を5回押して **お好み温度** を選ぶ

• 押すごとに 600W → 500W → 200W → 1000W → **お好み温度** → 煮込み → (600W) と変わります。

3  を回して **−10～90℃** から温度を選ぶ

• あたため温度の目安は右の表を参照してください。

4  を押す

▶ **加熱開始**



残り時間が表示されます。

▶ **ブザーが3回鳴り、加熱終了**

• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。

■終了後、さらにあたためたいとき（延長）

→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

■庫内を十分冷ましてから食品をあたためる

• 庫内が熱いと赤外線センサーがうまく働きません。

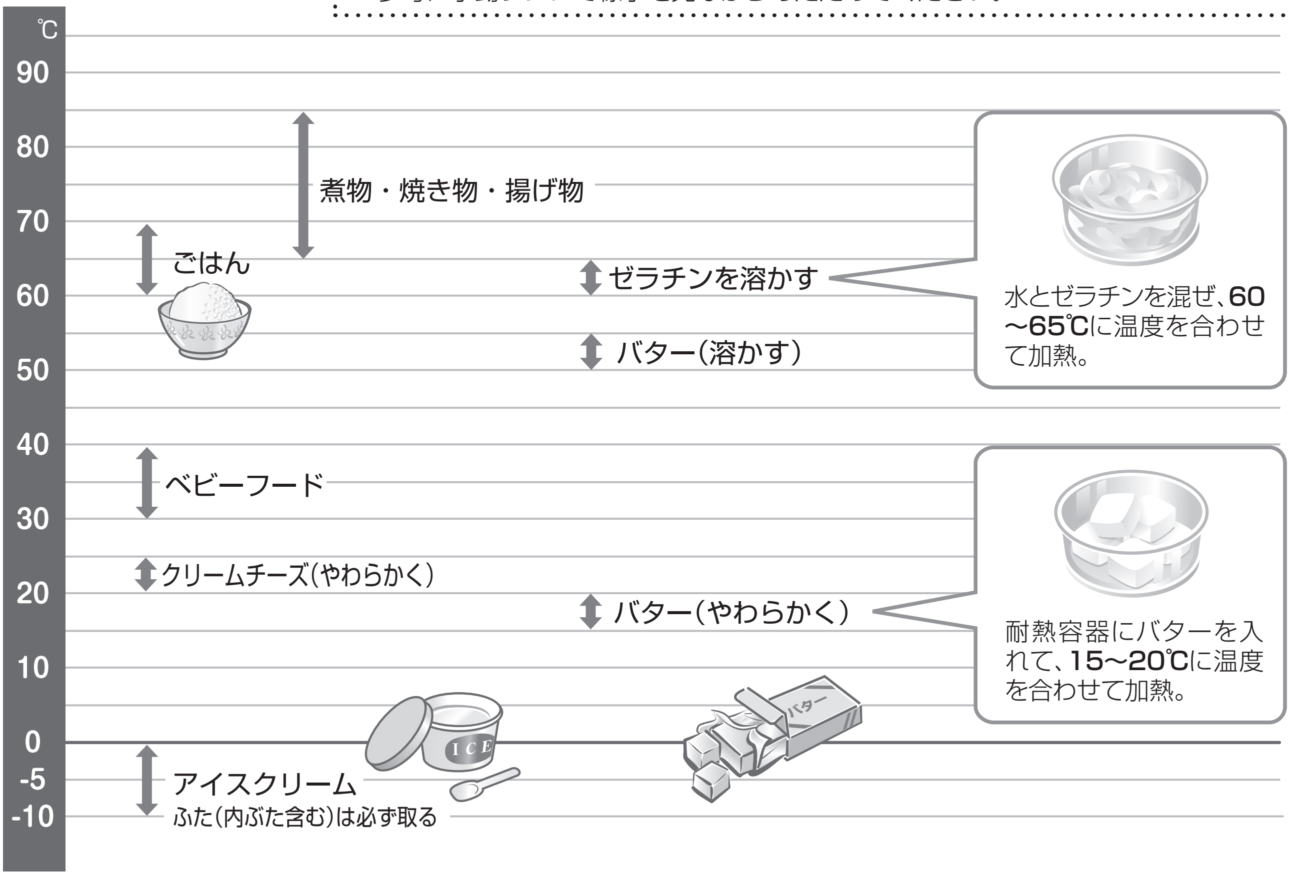
■食品は円を目安に庫内中央に置く



使いかたのポイント　　　（20 ～ 21 ページ）
守っていただきたいこと　（22 ～ 23 ページ）

おすすめ温度の目安

●飲みものは、「お好み温度」であたためないでください。
牛乳は「牛乳」キー、お酒はダイヤルメニュー「13 お酒」、その他は53ページの時間を参考に手動レンジで様子を見ながらあたためてください。



上手にあたためるために



●ラップやふたをしないであたためる

●ベビーフードや介護食をあたためるとき

- 浅めの容器に移し替えてあたためます。
- 冷凍したものはあたためられません。手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。
- 赤ちゃんに食べさせる前に必ずかき混ぜて、食品の温度を確かめてください。

●分量・容器について

- 分量は一人分（150g）を基準としています。
- 分量が多いときは温度をやや高めに設定し、分量が少ないときはやや低めに設定してください。
- 容器の大きさ・形状・材質により仕上がり温度が変わることがあります。

※正しい使いかたをしないと、仕上がりが悪くなることがあります。
　また、食品の焦げ・発煙・発火の原因になります。

カッテージチーズ

材料
牛乳……………………………… 300ml
レモン汁………………………… 30ml

アドバイス
●はちみつやメープルシロップをかけたり、サラダに入れてお試しください。

作りかた

1. 耐熱容器に牛乳を入れて**庫内中央**に置き、**〈お好み温度・40～45℃〉**で加熱する。
2. 加熱後、レモン汁を加え、よく混ぜ合わせ、しばらくおく。
3. ふきんでこす。



温度・時間を合わせて

オーブン 予熱あり 予熱なし で調理する



予熱あり

1 庫内に何も入れないで オーブン 発酵・グリル を1回押す※

•角皿を入れて予熱するメニューがあります。料理集に従ってください。

▶ **表示部に「予熱」を表示**

2 メニュー（9~41） 温度・時間 を回して **温度** を合わせる

• 設定温度：100～250℃
• ただし、庫内が熱いとき（表示に「高温」が点滅）は、電気部品保護のため、210℃以上の設定はできません。

3 オーブン 発酵・グリル をもう1回押し、メニュー（9~41） 温度・時間 を回して **時間** を合わせる

• 最大設定時間：90分

4 あたため スタート を押して予熱開始

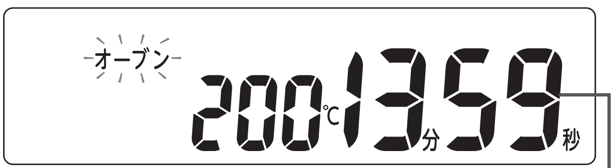
▶ **予熱終了1分前に残り時間を表示**

▶ **ブザーが5回鳴り、「予熱終」が点灯**

• 予熱中、庫内灯は点灯しません。
• 角皿を入れて予熱した場合は、角皿が熱くなっているので、取り出しや食品をのせる際には気を付けてください。
• 予熱は約20分間保持されます。
その間、何もしないと調理が終了になります。

5 食品を入れ、あたため スタート を押す

▶ **加熱開始**



残り時間が表示されます。

▶ **ブザーが3回鳴り、加熱終了**
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 表示部に「高温」が表示されます。
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。

使用する付属品
組み合わせは料理集参照



※キーを押すごとに

オーブン(予熱あり) → オーブン(予熱なし) → 発酵 → グリル → (オーブン(予熱あり)へ戻る)

と変わります。

予熱なし

1 食品を入れて [オーブン発酵・グリル] を2回押す※

2 [メニュー(9~41)温度・時間] を回して **温度** を合わせる

- 設定温度：100～250℃
- ただし、庫内が熱いとき(表示に「高温」が点滅)は、電気部品保護のため、210℃以上の設定はできません。

3 [オーブン発酵・グリル] をもう1回押し、[メニュー(9~41)温度・時間] を回して **時間** を合わせる

- 最大設定時間：90分

4 [あたためスタート] を押す

▶ 加熱開始

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了

- 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
- 表示部に「高温」が表示されます。
- 庫内や角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。

お知らせ

- 室温・形・量・大きさ・初期温度・電源電圧などにより、焼き上がりの状態が変わります。
- 加熱途中で食品の上下前後を入れ替えたり、部分的にアルミホイルをかけると上手に仕上がります。

予熱とは

作る料理に適した温度にあらかじめ庫内をあたためておくことです。
予熱中、庫内灯は点灯しません。

■**設定温度と予熱温度の関係**

→ 設定温度と同じ温度で予熱します。ただし、設定温度が210℃以上のときは、予熱温度は200℃になります。

■**予熱中の調理時間・温度の変更**

→ できません。

■**予熱時間の目安**

200℃設定のとき、約16分

■**調理温度を予熱温度と異なる温度に変更したいとき**

→ 予熱終了後、食品を入れてスタートを押してから温度を変更します。
調理開始後、[オーブン発酵・グリル] を押し、設定温度が点灯している間にダイヤルを回して10℃ずつ増減する

■**途中で調理時間を変更したいとき**

→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する

- 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、90分までです。

■**途中で調理温度を変更したいとき**

→ 加熱中に [オーブン発酵・グリル] を押し、設定温度が点滅している間にダイヤルを回して10℃ずつ増減する

■**終了後、さらに加熱したいとき(延長)**

→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

■**調理時間の設定単位**

0～15分	15分～40分	40分～90分
30秒単位	1分単位	5分単位

温度・時間を合わせて

発酵

使用する付属品





発酵

1 食品を入れて [オーブン 発酵・グリル] を3回押し **発酵** を選ぶ

• 押すごとに オーブン(予熱あり) → オーブン(予熱なし) → 発酵 → グリル → (オーブン(予熱あり)) と変わります。

2 [メニュー(9~41) 温度・時間] を回して **温度** を合わせる

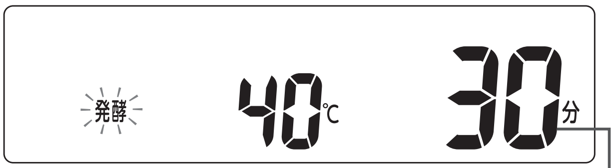
• 設定温度：30、35、40、45℃

3 [オーブン 発酵・グリル] をもう1回押し、[メニュー(9~41) 温度・時間] を回して **時間** を合わせる

• 最大設定時間：90分

4 [あたため スタート] を押す

▶ 加熱開始



残り時間が表示されます。

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。

■途中で調理時間を変更したいとき

→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する

• 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、90分までです。

■調理時間の設定単位

0〜15分	15分〜40分	40分〜90分
30秒単位	1分単位	5分単位

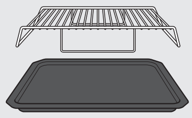
■終了後、さらに加熱したいとき(延長)

→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

●庫内や付属品を十分冷ましてから発酵を行う
• 表示部に「C21」「高温」が表示されたときは、「とりけし」キーを押しとびらを開けて庫内温度が下がるまでお待ちください。庫内温度が高いと発酵がうまくできません。

時間を合わせて
グリルで調理する

使用する付属品

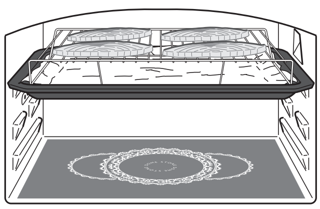




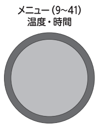
例：魚をグリルで焼く

1 食品を入れて［オーブン 発酵・グリル］を4回押し **グリル** を選ぶ

- 押すごとに オーブン(予熱あり) → オーブン(予熱なし) → 発酵 → グリル と変わります。



2 ［メニュー(9~41) 温度・時間］を回して **時間** を合わせる

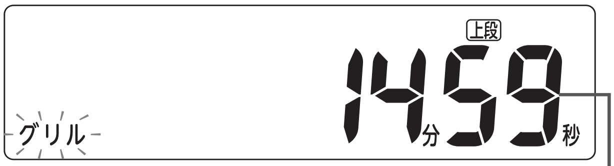


- 最大設定時間30分

3 ［あたため スタート］を押す



▶ **加熱開始**



残り時間が表示されます。

お知らせ

- 両面にしっかり焼き色を付けたいときは途中で食品を裏返し、再びスタートキーを押します
- 庫内や角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。

▶ **ブザーが3回鳴り、加熱終了**
- 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
- 表示部に「高温」が表示されます。

■途中で調理時間を変更したいとき

→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する
- 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、30分までです。

■調理時間の設定単位

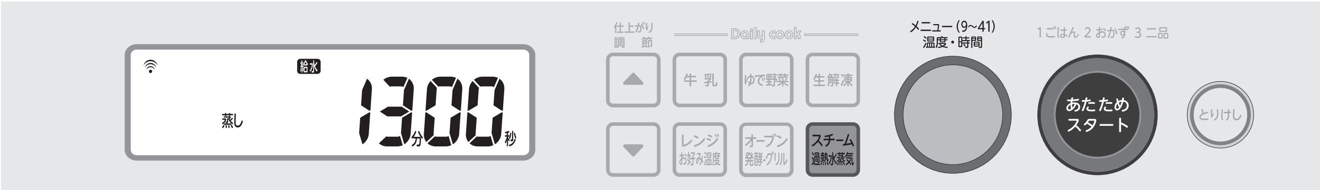
0～5分	5分～10分	10分～30分
10秒単位	30秒単位	1分単位

■終了後、さらに加熱したいとき（延長）

→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

時間を合わせて

スチームで調理する



蒸し

1 給水の準備をし、食品を入れる

- 食品の量に合った耐熱性の容器に入れ、円を目安に庫内中央に置きます。
- 給水の準備は15ページ参照。

付属品は使えません

2 スチーム 過熱水蒸気 を 1 回押す

- 押すごとに 蒸し → スチームレンジ → 過熱水蒸気（予熱あり） → 過熱水蒸気（予熱なし） と変わります。

蒸し：オーブンとレンジを併用した蒸し調理です。使用する容器にご注意ください。
※角皿やアルミホイルは火花が出るので使用しないでください。

3 メニュー（9~41）温度・時間 を回して **時間** を合わせる

- 最大設定時間：30分

4 あたため スタート を押す

▶ **加熱開始**



残り時間が表示されます。

▶ **ブザーが3回鳴り、加熱終了**

- とびらを開けるときはスチームに十分気を付けてください。
- 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
- 容器が熱くなっているので、気を付けて取り出してください。また、スチーム吹出口に気を付けてください。

スチーム（スチーム）の使用後は… （終了後のお手入れについては**57ページ**参照）

スチームレンジ

1 給水の準備をし、食品を入れる

付属品は使えません

- 食品の量に合った耐熱性の容器に入れ、
  円を目安に庫内中央に置きます。
- 給水の準備は15ページ参照。

2 スチーム過熱水蒸気 を2回押して

スチームレンジを選ぶ

- 押すごとに

→ 蒸し → スチームレンジ → 過熱水蒸気（予熱あり） → 過熱水蒸気（予熱なし） →

と変わります。

※レンジ（400W）とスチームで加熱されます。
　使用する容器にご注意ください。

3 （メニュー（9～41）温度・時間）を回して **時間** を合わせる

- 最大設定時間：30分

4 あたためスタート を押す

▶ **加熱開始**

▶ **ブザーが3回鳴り、加熱終了**

- とびらを開けるときはスチームに十分気を付けてください。
- 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。
  とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
- 庫内や角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。また、スチーム吹出口に気を付けてください。

■途中で調理時間を変更したいとき

→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する

- 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、30分までです。

■終了後、さらに加熱したいとき（延長）

→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

■調理途中で給水カセットの水がなくなると

→ ブザーが鳴り表示部に「給水」が点滅するので、給水カセットに水を追加する

水を追加してしばらくすると「給水」の表示が消えます。（調理途中でも給水カセットに水を追加することができます）

■調理時間の設定単位

0～5分	5分～10分	10分～30分
10秒単位	30秒単位	1分単位

取り出すときはスチームに注意！

お願い

- とびらを開けて食品を取り出すときは、庫内から出てくるスチームに気を付けてください。
- 調理中にとびらを開けたときには、しばらくスチームが出ている場合があります。
  スチーム吹出口に気を付けてください。

スチーム の使用後は… （終了後のお手入れについては**57ページ**参照）

温度・時間を合わせて

過熱水蒸気 予熱あり 予熱なし で調理する



予熱あり

1 給水の準備をし、庫内に何も入れないで スチーム過熱水蒸気 を3回押す※

- 給水の準備は15ページ参照。

▶ 表示部に「予熱」を表示

2 メニュー(9~41)温度・時間 を回して **温度** を合わせる

- 設定温度：100～250℃
- ただし、庫内が熱いとき（表示に「高温」が点滅）は、電気部品保護のため、210℃以上の設定はできません。

3 スチーム過熱水蒸気 をもう1回押し、メニュー(9~41)温度・時間 を回して **時間** を合わせる

- 最大設定時間：60分

4 あたためスタート を押して予熱開始

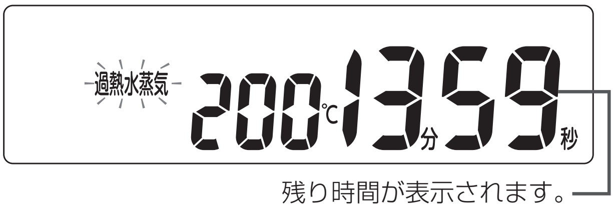
▶ 予熱終了1分前に残り時間を表示

▶ ブザーが5回鳴り、「予熱終」が点灯

- 予熱中、庫内灯は点灯しません。
- 予熱は約20分間保持されます。
  その間、何もしないと調理が終了になります。

5 食品を入れ、あたためスタート を押す

▶ 加熱開始



残り時間が表示されます。

▶ ブザーが3回鳴り、加熱終了

- 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
- 表示部に「高温」が表示されます。
- 庫内や角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。
  また、スチーム吹出口に気を付けてください。

スチーム の使用後は… （終了後のお手入れについては**57ページ**参照）

お願い

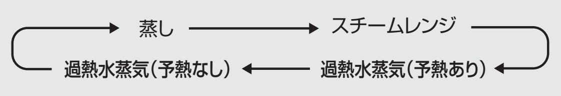
- とびらを開けて食品を取り出すときは、庫内から出てくるスチームに気を付けてください。
- 調理中にとびらを開けたときには、しばらくスチームが出ている場合があります。
  スチーム吹出口に気を付けてください。
- 調理後は水受けも熱くなっています。水受けは本体が冷めてから取りはずしてください。



使用する付属品
組み合わせは料理集参照



※キーを押すごとに



と変わります。

過熱水蒸気とは…
過熱水蒸気には、加熱の他にも脱油効果があるので、食品に含まれる余分な油脂を落としてヘルシーに仕上げたいときに使用します。
※過熱水蒸気はヒーターを併用します。

予熱なし

1 給水の準備をし、食品を入れて [スチーム 過熱水蒸気] を4回押す※

• 給水の準備は15ページ参照。

2 [メニュー(9~41) 温度・時間] を回して 温度 を合わせる

• 設定温度：100～250℃
• ただし、庫内が熱いとき(表示に「高温」が点滅)は、電気部品保護のため、210℃以上の設定はできません。

3 [スチーム 過熱水蒸気] をもう1回押し、[メニュー(9~41) 温度・時間] を回して 時間 を合わせる

• 最大設定時間：60分

4 [あたため スタート] を押す

▶ **加熱開始**

▶ **ブザーが3回鳴り、加熱終了**
• 食品を取り忘れるとブザーが1分おきに5回まで鳴ります。とびらを開けるか「とりけし」を押すと止まります。
• 表示部に「高温」が表示されます。
• 庫内や角皿などが熱くなっているので、気を付けて取り出してください。また、スチーム吹出口に気を付けてください。

スチーム [スチーム] の使用後は…
(終了後のお手入れについては**57ページ**参照)

お知らせ
• 室温・形・量・大きさ・初期温度・電源電圧などにより、焼き上がりの状態が変わります。
• 加熱途中で食品の上下前後を入れ替えたり、部分的にアルミホイルをかけると上手に仕上がります。

過熱水蒸気は目には見えませんのでご注意ください。

予熱とは

作る料理に適した温度にあらかじめ庫内をあたためておくことです。
予熱中、庫内灯は点灯しません。

■設定温度と予熱温度の関係
→ 設定温度と同じ温度で予熱します。ただし、設定温度が200℃以上のときは、予熱温度は200℃になります。

■予熱中の調理時間・温度の変更
→ できません。

■予熱時間の目安
200℃設定のとき、約16分

■途中で調理時間を変更したいとき
→ 加熱中にダイヤルを回して1分ずつ増減する
• 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、60分までです。

■途中で調理温度を変更したいとき
→ 加熱中に [スチーム 過熱水蒸気] を押し、設定温度が点滅している間にダイヤルを回して10℃ずつ増減する

■終了後、さらに加熱したいとき(延長)
→ 調理終了後1分以内に、ダイヤルを回して時間を設定し、様子を見ながら行う

■調理途中で給水カセットの水がなくなると
→ ブザーが鳴り表示部に「給水」が点滅するので、給水カセットに水を追加する
水を追加してしばらくすると「給水」の表示が消えます。(調理途中でも給水カセットに水を追加することができます)

■調理時間の設定単位

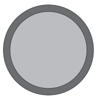
0 ～ 15分	15分 ～ 40分	40分 ～ 60分
30秒単位	1分単位	5分単位

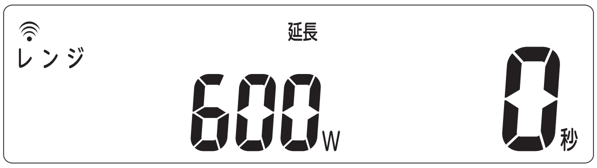
時間を合わせて

延長

◆調理終了後、さらに追加して加熱したいときに使います。



1 調理終了後、 を回して延長する時間を合わせる



• 調理終了から1分間のみ設定できます。(1分以上たつと設定できません)

2  を押して調理を開始する

• 延長により、直前の調理をさらに延長する場合の手動調理が設定され、延長する時間は希望する時間に設定できます。
• タッチメニュー / ダイヤルメニューも、調理時間延長ができます。
•「お手入れ」の延長はできません。

手動加熱の設定時間の目安

⚠警告

禁止

食品は加熱しすぎない

食品の加熱しすぎは、発煙・発火の原因となります。

- 調理中、様子を見ながらあたためてください。

⚠警告

禁止

飲みものは加熱しすぎない

飲みもの（コーヒー、牛乳、豆乳、水）などの液体は、取り出すときに突然沸騰し、やけどの原因になります。また、容器が熱くなり、割れたり溶ける原因になります。

- 飲みものはあたためる前後にスプーンなどでよくかき混ぜてください。
- 調理中、様子を見ながらあたためてください。

★ 出力と時間を設定する調理時間の目安です。
● 容量の単位：ml=cc
● 室温：約20℃、冷蔵：約10℃、冷凍：約-20℃

ラップあり…○／ラップなし…×

あたため（レンジ600W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
ごはん	1杯（150g）	約1分	×
どんぶりもの	1杯（340g）	約3分	×
スープ・みそ汁	1杯（150ml）	約1分40秒	×
野菜の煮物	150g	約1分40秒	×
カレー・シチュー	200g	約2分00秒	○
シューマイ	6個（100g）	約50秒	×
中華・肉・あんまん	1個（100g）	約40秒	○
バターロール	2個（70g）	約20秒	×
調理パン	1個（110g）	約30秒	×

冷凍した食品のあたため（レンジ600W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
ごはん（冷凍）	1杯（150g）	約2分30秒	○
カレー・シチュー（冷凍）	300g	約8分	○
シューマイ（冷凍）	5個（100g）	2分～ 2分20秒	○
中華・肉・あんまん（冷凍）	1個（100g）	約1分40秒	○

冷凍の肉・魚の解凍（レンジ200W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
肉	100g	約1分30秒	×
	200g	約2分30秒	×
	400g	約4分30秒	×
	600g	約6分	×
さしみ	100g	約2分	×
	200g	約3分	×
	400g	約5分	×
	600g	約7分	×

蒸し物（蒸し）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
中華・肉・あんまん	1個（100g）	約7分	×
中華・肉・あんまん（冷凍）	1個（100g）	約10分	×
シューマイ（冷蔵）	10個（150g）	約9分	×
シューマイ（冷凍）	10個（150g）	13～14分	×

のみもの（レンジ600W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
牛乳（冷蔵）	1杯（200ml）	約1分40秒	×
酒かん（常温）	1杯（160ml）	約1分	×
水（常温）	1杯（200ml）	約1分	×
コーヒー（常温）	1杯（150ml）	約1分10秒	×

野菜のゆでもの（レンジ600W）

	メニュー名	分量	目安時間	ラップ
葉菜	ほうれん草	100g	約1分40秒	○
	キャベツ	100g	約1分20秒	○
	ブロッコリー	100g	約1分20秒	○
根菜	じゃがいも	1個（150g）	約3分30秒	○
	さといも	100g	約2分20秒	○
	かぼちゃ	150g	約3分50秒	○
	にんじん	100g	約3分	○

冷凍ゆで野菜の解凍（レンジ600W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
枝豆	100g	約2分20秒	○
さといも	100g	約2分20秒	○
かぼちゃ	150g	約3分	○

スチームを使ったあたため（スチームレンジ）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
ごはん（冷蔵）	1杯（150g）	約1分30秒	×
肉まん（冷蔵）	1個（100g）	約1分10秒	×
シューマイ（冷蔵）	10個（150g）	約1分50秒	×
ごはん（冷凍）	1杯（150g）	約3分10秒	×
肉まん（冷凍）	1個（100g）	約2分20秒	×
シューマイ（冷凍）	10個（150g）	3分30秒～ 4分30秒	×

お手入れのしかた お手入れはすぐにこまめにがポイントです

⚠警告

プラグを抜く

お手入れのときは、電源プラグをコンセントから抜く

感電・けが・やけどの原因になります。

ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない

感電の原因になります。

プラグを抜き冷めてから

本体の掃除は、電源プラグを抜き本体が冷めてから行う

感電や、やけどをする恐れがあります。

⚠注意

水抜き中、とびらは閉めておく

水抜き中も、スチーム調理と同様に、スチームが発生します。
やけどの原因になりますのでとびらは閉めておきます。

禁　止

食品や肉汁などで、汚れたままにしない
結露した水分はふき取ってください

電波が汚れた部分に集中して、火花の発生・発煙・発火などの恐れがあります。また、さびの原因になります。

• 付着した場合は、本体が冷めてから必ずふき取ってください。

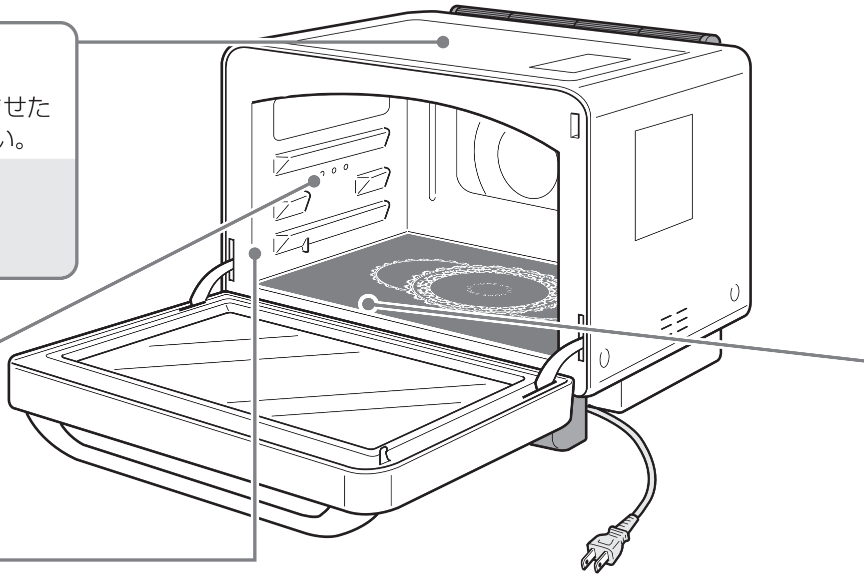
キャビネット・とびら

かたくしぼった、ぬれ布巾でふく。

• ひどい汚れは薄めた台所用洗剤（中性）をしみ込ませた布巾でふき取り、必ず洗剤分をふき取ってください。

お願い

• 水をかけないでください。
さびたり故障したりすることがあります。



スチーム吹出口

かたくしぼった、ぬれ布巾でふく。
スチーム調理後、スチーム吹出口付近に白いあと（水の中の溶解物）が残ることがあります。こまめにかたくしぼったぬれ布巾でふき取ってください。

庫内・とびらの内側

かたくしぼった、ぬれ布巾でふく。

• 落ちにくい汚れは、ぬれ布巾を汚れの上に置いて30分ぐらいふやかしてからふきます。

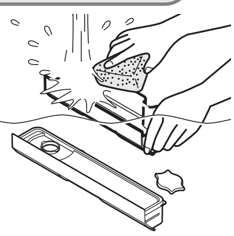
スチーム調理後に結露した水分は、冷めてから乾いた布巾でふき取る。

お願い

• たわしやフォークなど先のとがったものでこすらないでください。塗装が傷付いたり、ガラスが割れる原因になります。

給水カセット・水受け

スポンジたわしで汚れを落とし、十分に水気をふき取る。
汚れが気になるかたは、中性洗剤を水で薄めて洗い流してください。



お願い

• 食器洗い乾燥機、食器乾燥器に入れたり、直射日光に当てて乾燥させたりしないでください。給水カセットの変形、破損の原因になります。

■お手入れしても庫内の臭いが取れないとき

庫内のカラ焼き・脱臭(24ページ)をしてください。臭いがやわらぎます。

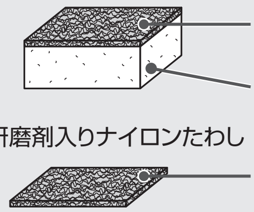
■長期間ご使用にならないとき

パイプの水抜きを行った後、電源プラグをコンセントから抜き、各部をお手入れしてから、湿気や、ほこりがかからないようにして、おしまいください。

お願い

住宅家具用洗剤(弱アルカリ、アルカリ、弱酸性、酸性など)、オーブンクリーナー、クレンザー、ベンジン、シンナー、漂白剤、熱湯、可燃性ガス(LPGなど)入りスプレー洗剤は使わないでください。
損傷、変色、変形、発煙、発火などの原因になります。



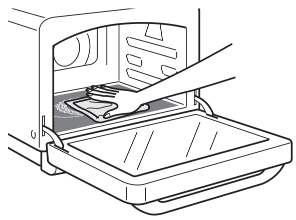


アドバイス

スチームを使用して、庫内・焼網・角皿などの汚れを浮き上がらせることもできます。56ページの「スチームを使ったお手入れのしかた」を参考に行ってください。(56ページ以外の方法では行わないでください)

庫内底面

庫内底面の汚れはぬれ布巾ですぐふき取る。
レンジ使用時の汚れが、オーブン使用時に焦げて黒くなることがあります。
汚れが落ちにくいときは、汚れた部分に液体クレンザー(クリームクレンザー)を付け、2分程度おいて汚れにしみ込ませ、丸めたラップで強めにこすります。



お願い

- 周囲のシリコンパッキンや庫内塗装面は傷が付くのでこすらないでください。
- 金属たわしや先のとがったものでこすったり、衝撃を与えたりしないでください。
  傷付いたり、割れることがあります。

角皿・焼網

スポンジたわしで汚れを落とし、十分に水気をふき取る。
汚れは洗い桶などの中で落とす。
- 汚れが落ちないときは、「スチームを使ったお手入れのしかた」(56ページ)を行ってください。
- 水気が残っているとさびが付くことがあります。



お願い

- 使用後、急冷しないでください。破損・変形することがあります。
  また、加熱直後に水をかけると蒸気が発生したり、熱いしぶきが飛びます。
- 金属たわしや先のとがったものでこすったり、落としたりしないでください。
  傷付いたり、変形することがあります。

お手入れのしかた（つづき）



汚れが気になるとき

スチームを使ったお手入れのしかた

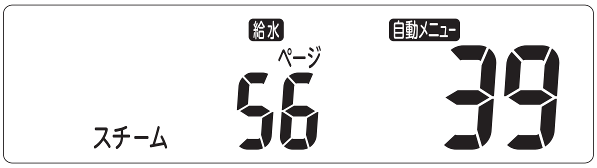
スチームで、庫内・焼網・角皿の汚れを浮かせて、ふき取りやすくします。
また、汚れを落としたい焼網・角皿を入れると、汚れが落ちやすくなります。
お手入れ時間は **10分** です。

1 給水カセットを本体にセットする
＊焼網・角皿の汚れを落としたいときは、庫内に入れてください。

・給水の準備は15ページ参照。

2 メニュー（9~41） 温度・時間 を回して、

39 手間なしお手入れ を選ぶ



3 あたため スタート を押す

▶ お手入れ開始



▶ ブザーが3回鳴り、終了
- 終了後、庫内換気のため「冷却中」が点滅し、数分間冷却ファンが動作します。
- 電源プラグをコンセントから抜き、庫内・焼網・角皿の温度が下がってから、汚れをふき取ってください。
- 給水カセット・水受けの水はすべて捨て、給水カセットを水洗いしてください。
- 庫内に残った水分は、冷めてから乾いたふきんでふき取ってください。

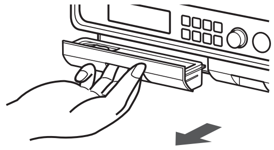
お知らせ
- 終了直後は、庫内・焼網・角皿・スチーム吹出口が熱くなっていますので、気を付けてください。

スチームを使うたびに

パイプの水抜きのしかた

調理終了後には、必ずパイプの水抜きを行ってください。
お手入れ時間は **2分** です。

1 給水カセットを本体から引き抜く



2 

を回して、

40 パイプの水抜きを選ぶ

3 

を押す

▶ 水抜き開始

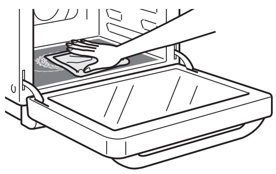
▶ 約2分後にブザーが3回鳴り、水抜き終了
- 終了後はとびらを開けて、庫内を乾燥させてください。

お知らせ
- パイプの水抜き中はキー操作など他の操作をしないでください。
- 水抜き中は、とびらを閉めておいてください。水抜きの水がスチームになり、スチーム吹出口が熱くなっていますので気を付けてください。

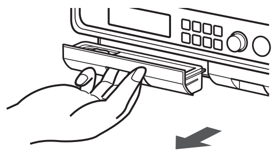
お手入れについて

調理終了後は本体が冷めてから、必ず庫内に残った水滴を、乾いたふきんなどでふき取ってください。
庫内に水滴が残ったままスチーム調理を繰り返すと、水受けから水があふれることがあります。

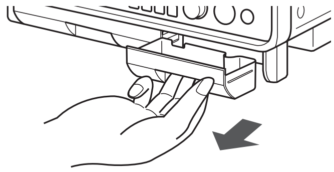
1 庫内やとびらの水滴を、乾いたふきんなどでふき取る
- 角皿にたまった水滴もふき取ってください。



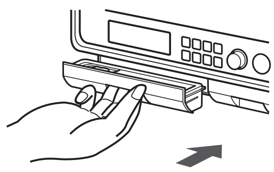
2 給水カセットを本体から取りはずす
- 使用後に残った水は必ず捨て、水洗いしてください。



3 水受けをはずし、たまった水を捨て、本体にセットする



4 給水カセットを本体にセットする



お料理が上手にできないとき（レンジ調理）

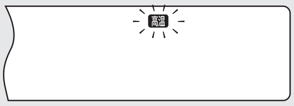
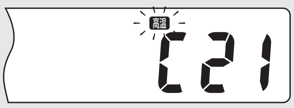
項目	こんなときは	対処方法
ごはん・おかず のあたため	調理がすぐに終了する あたためキーであたためても熱くならない	● 庫内（特に底面）の温度が高いとセンサーが正しく働かないことがあります。 とびらを開けて、庫内を冷ましてからあたためてください。
	食品があたたまらない	● 食品が金属容器・アルミホイルなどで、覆われていませんか。
	あたためキーであたためると熱くなりすぎる	● 陶器やガラス製のふたを使っていませんか。 →赤外線センサーがうまく働かないことがあります。 ● 食品は庫内中央に置いていますか。
	ごはんがパサつく	● あたためる前に水を少しかけると、しっとり仕上がります。 ● 「スチームレンジ」であたためると、しっとり仕上がります。
	煮物・煮魚などの煮汁が飛び散る	● 汁気を切って深めの容器に入れてあたためます。
	カレーやシチューがあたたまらない	● とろみのある食品は「2 おかず」であたためてください。
	冷凍ごはんがあたたまらない	● 表面が溶けかかっていたり、新しいラップをかぶせるとセンサーが正しく働かないことがあります。 冷凍庫から出してすぐのものをお使いください。
	冷凍食品があたたまらない	● 表面が溶けかかっていたり、新しいラップをかぶせるとセンサーが正しく働かないことがあります。 冷凍庫から出してすぐのものをお使いください。 また、必ず食品にラップが触れるようにかぶせてください。
	食品がパサつく	● 霧を吹いてあたためます。 ● 「スチームレンジ」であたためると、しっとり仕上がります。
	フライや天ぷらをあたためるとベチョッとする	● 「10 カラッとあたため」であたためると、カラッと仕上がります。
	二品のあたためがうまくできない	● 食品を端に置いていませんか。 ● あたためる分量が多すぎませんか。 ごはんに対しておかずが多いと、うまくあたたまりません。 ● 食品の種類や分量の組み合わせによっては、うまくあたたまらないことがあります。 →うまくあたたまらないときは、手動の「レンジ」で様子を見ながらあたためてください。
スチームあたため	あたため時間が長くかかる	● スチームを発生させてあたためるので、レンジ加熱だけのあたためより時間がかかります。

項目	こんなときは	対処方法
ゆでもの	野菜が乾燥気味になる	● 野菜を洗い、水気を切らずにラップにくるんでください。
ゆでもの	できすぎのところと、加熱の足りないところがある	● かぼちゃ、じゃがいもなどは大きさをそろえてください。 ほうれん草などは葉と茎を交互に重ねます。
のみもの のあたため	調理がすぐに終了する のみものの温度が低い	● 庫内(特に底面)の温度が高いとセンサーが正しく働かないことがあります。庫内を冷ましてからあたためてください。
のみもの のあたため	牛乳が熱くなりすぎる	●「4 牛乳」であたためていますか。 「あたため」では熱くなります。 ● 分量はどのくらい入っていますか。容器に対して8分目まで入れてください。容器に対して少量しか入れないと沸騰する恐れがあります。 ● 容器は31ページのものを参考にしてください。
のみもの のあたため	お酒が熱くなりすぎる	●「13 お酒」であたためていますか。 「あたため」では熱くなります。
のみもの のあたため	お酒が上の方と下の方で温度が違う	● とっくりの首の部分をアルミホイルで覆うと、上下の差が少なくなります。
生解凍	上手に解凍できない	● 食品を浅めのトレイかペーパータオルの上にのせて解凍してください。 →深めのトレイに食品が入っていると、トレイのふちがじゃまになり温度をうまく測定できず、上手に解凍できないことがあります。 ● うまく解凍できる食品の厚さは3㎝まで。 厚さは均一にし、細い部分や魚の尾などにはアルミホイルを巻いてください。 ● 同時に2つ以上を解凍するときは、同じ種類のもので同じ大きさに。
生解凍	解凍不足	● 食品の温度が部分的に上昇すると、センサーの働きで加熱終了となり、解凍不足になることがあります。 →食品に薄いところや細いところがあると部分的に加熱されやすいので、全体の厚さをそろえて冷凍してください。 →解凍不足の部分は「レンジ200W」で様子を見ながら解凍してください。 →表面が溶けかかっていたり、新しいラップをかぶせるとセンサーが正しく働かないことがあります。 冷凍庫から出してすぐのものをお使いください。
お好み温度	調理がすぐに終了する 食品の温度が低い	● 庫内(特に底面)の温度が高いと、センサーが正しく働かないことがあります。 庫内を冷ましてからあたためてください。

お料理が上手にできないとき(オーブン調理)

項目		こんなときは	対処方法
お菓子	スポンジケーキ	ケーキのふくらみが悪い	● 卵はしっかりと泡立てましたか。 字が書けるくらいしっかりと泡立ててください。 ● 粉を合わせたあと、混ぜすぎていませんか。
		泡立てがうまくできない	● ボウルや泡立て器に、水分や油分が付いていると泡立ちが悪くなります。
		きめが粗く粉っぽい	● 粉をふるって入れましたか。 ● 粉がなじむまで混ぜましたか。
		中央が沈む	● 卵の泡立てすぎはありませんか。
	シフォンケーキ	ふくらみが悪い	● 卵白をしっかり泡立ててください。 ボウルをひっくり返しても落ちてこないくらいまで、しっかりと泡立ててください。 卵白は冷やしておいた方がよく泡立ちます。
		ケーキの中に空洞ができた	● 型に生地を流し入れるときに空気が入ったと考えられます。 生地を高いところから一気に入れましょう。 ● アルミ製の型を使っていますか。
	シュー	ふくらみが悪い	● 分量は正しくはかりましたか。 ● 生地を作るときにレンジの加熱時間は正しかったですか。
	クッキー	焼き色にむらがある	● 生地の厚みや大きさは均一ですか。
パン	バターロール	ふくらみが悪く、かたい	● 生地の発酵は十分でしたか。 発酵不足で生地温度が低いとあまりふくらみません。 ● 成形するとき生地をいじめていませんか。生地をいじりすぎると固くなります。ていねいに扱いましょう。 ● 96ページの「パン作りのコツ」を参照してください。
	フランスパン	上手にできない	● 101ページの「フランスパン作りのコツ」を参照してください。
オーブン加熱全般		出来上がりの状態が悪い 焼き色にムラがある	● 室温・形・量・大きさ・初期温度・電源電圧などにより、焼き上がりの状態が変わることがあります。様子を見ながら加熱してください。 ● 生地の大きさがそろっていないと焼きムラが出やすくなります。生地の大きさをそろえてください。 ● 焼きムラが気になるときは、加熱途中で食品の前後や角皿の前後を入れ替えてください。また、部分的にアルミホイルをかけると上手に仕上がります。 ● 型の条件によっては、レシピ通りの温度ではうまく仕上がらないことがあります。レシピの温度より10～20℃高め・低めに設定してみてください。
スチーム加熱全般		うまくできない	● 分量は合っていますか。 料理集に記載されている分量を変えるとうまくできません。 ● 水がなくなっていませんか。水の量が少なかったり、水を入れ忘れるとスチームが出ないのでうまくできません。

こんな表示が出たときは

表示例	理由（原因）	処置
「扉開閉」表示 	●とびらを閉め、1分以上すぎてから「あたため」キーを押すと表示されます。	●もう一度とびらを開閉し、1分以内にキーを押してください。
「冷却中」表示 	●レンジ加熱を繰り返し使用した場合や、オーブンなどヒーター加熱調理終了後、機械室などをファンで冷却しているとき表示されます。	●表示中でも調理できます。（ただし、使用できない自動メニューがあります。）
「高温」表示 	●オーブンなどヒーター加熱調理終了後、庫内が高温のとき表示されます。	●とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。（15～20分程度で表示が消えます。表示中でも「とりけし」キーを押すか自動メニューを設定すると消え、一部のメニューは使うことができます。）
「C21」と「高温」表示 	●オーブンなどヒーター加熱調理の後などで、庫内温度が高いときに「発酵」「生解凍」を設定しスタートすると表示されます。	●「とりけし」キーを押し、とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。
	●オーブンなどヒーター加熱調理の後などで庫内温度が高いときに「あたため」「お好み温度」および一部のメニューをスタートすると表示されます。	●「とりけし」キーを押し、とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。（手動の「レンジ」は使えます。ただし「お好み温度」は使えません。）
「H」表示 表示番号 	●製品が故障している場合があります。	●電源プラグを抜き、販売店または東芝生活家電ご相談センターへ表示番号をお知らせください。
「デモ」表示 	●デモモードが設定されていると、とびらを開けたとき表示されます。デモモードが設定されていると加熱が行われません。デモモードとは、店頭で実演するためのモードです。	●「とりけし」キーをピッピッとブザー音がするまで（約3秒）押した後「とりけし」キーを押してください。さらに「とりけし」キーをピッピッとブザー音がするまで（約3秒）押した後「とりけし」キーを押してください。
「給水」表示 	●給水カセットに水がないと表示されます。	●調理が一時停止したときは、給水カセットに水を入れ、取り付けた後「スタート」キーを押してください。 ●一時停止しない場合は、給水カセットに水を入れ、取り付けてください。しばらくすると「給水」表示は消え調理はそのまま継続します。

修理を依頼される前に

次のような場合は故障ではありません。

現 象	理由(処置)
電源プラグを、コンセントに差し込んでも何も表示しない。	•とびらを閉じた状態で、電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入りません。一度とびらを開けると、電源が入り表示します。
調理中、カチカチと音がする。	•機械室内のスイッチ切り換え音です。故障ではありません。
オーブンなど、ヒーター加熱時に、ボコッボコッという連続音や、ボコンという音がする。	•熱収縮による加熱室壁面の音で故障ではありません。
調理の開始時および途中に、ジー・シャー・シュワシュワという連続音がする。	•調理時の動作音で故障ではありません。 電子レンジ動作時にジーという連続音が発生します。 スチーム動作時にシャー・シュワシュワという音が発生します。
調理中、調理後に音(ファン)がしたり、しなかったりする。	•機械室などを冷却するファンの音で故障ではありません。 •調理後、冷却ファンが回ることがありますが故障ではありません。 冷却ファンが回っているときは「冷却中」表示が点滅します。
キーを、押しても受け付けず、何も表示しない。	•とびらを開け、食品を入れてから操作してください。 (省エネルギーのため、とびらを開けた後5分をすぎると電源を切るためです)
とびらを開けると表示部に「0」が表示される。	•とびらを開けたとき電源が入る仕様です。
調理終了後、1分後、1分ごとにピピーピピーピピーと鳴る。	•調理終了後、庫内の食品を取り出さないと鳴る機能が付いています。 故障ではありません。
スチームが出ない。	•給水カセットに水を入れ、正しく本体にセットされていますか。 •オーブン加熱時はスチームが出ていても目には見えません。
給水カセットの水が減らない	•メニューによって、給水カセットの水が減る量は異なります。
とびらがくもる。	•調理中や調理後に、とびらのガラスがくもる場合がありますが、故障ではありません。2時間くらいすると自然に消えます。 庫内のカラ焼き・脱臭をすれば、30分くらいで消えます。(24ページ参照)
加熱後、庫内やとびら内側に水滴が付着する。 水滴が落ちる。	•調理性能を向上させるために、庫内の密閉性を高めているためです。 スチーム調理やメニューによっては、食品から出た水蒸気が付着します。 水滴は冷めてから、乾いた布でふき取ってください。
とびらを開けると庫内灯が点灯する。	•とびらを開けているときは庫内灯が点灯する仕様です。
スチーム吹出口から白い粉が出る。	•白い粉は水道水に含まれるマグネシウム・カルシウムなどのミネラル成分のため無害です。

ブザー音の消しかたと戻しかた

■ブザー音を消す

取り出し忘れお知らせのブザー音だけを消すとき

1 「0」表示中に とりけし をピッピッとブザー音がするまで(約3秒)押す

2 続いて ▲ を押す

すべてのブザー音を消すとき

1 「0」表示中に とりけし をピッピッとブザー音がするまで(約3秒)押す

2 続いて ▼ を押す

■ブザー音を鳴るように元に戻す

ブザーの音を、消した操作と同じ操作を行うことによりブザー音が鳴るようになります。

修理を依頼される前に次のことを点検してください。

現 象	理由(処置)
まったく動かない。	•停電ではありませんか。 •電源プラグが抜けていませんか。 •ご家庭のヒューズやブレーカーが切れていませんか。 •途中でとびらを開閉しませんでしたか。 •無表示の状態で、キー操作をしていませんか。 （とびらを開け、食品を入れてからキー操作してください）
「あたため」「スタート」キーを押しても加熱されない。	•とびらを閉め、1分をすぎてから「あたため」キーを押していませんか。 （一度とびらを開閉してから、キーを押してください） •「高温」が表示されていませんか。 （とびらを開けて庫内を冷まし、「高温」表示が消えてからキーを操作してください） •とびらがきちんと閉まっていますか。 •デモモードになっていませんか。 61ページの「d 表示」を参照して解除してください。
料理のでき上がりが悪い。	•調理のしかたは正しいですか。 （ふた、ラップの有無、付属品などを確認してください。メニュー別には58～60ページを参照してください） •庫内が、熱いまま調理しませんでしたか。 （庫内の温度が下がるまで待ってください） •食品の量は適当でしたか。 •庫内の上面や底面が汚れていませんか。 •メニューを正しく選んで調理開始しましたか。
ブザーが鳴らない。	•ブザー音を消す設定になっていませんか。 ブザー音の消しかたと戻しかた(62ページ)を参照して、設定し直してください。
煙やいやな臭いが出た。	•庫内のカラ焼き・脱臭はしましたか。 •庫内やとびらが汚れていませんか。

お知らせの音について

次の操作・状態のとき、ブザー音でお知らせします。

■キーを押したときは
→ピッ

■扉開閉後、1分経って「あたため」を押したとき
→ピピピピピ　（受け付けません）
＊一度とびらを開閉してから「あたため」を押してください。

■加熱終了のときは
→ピーッピーッピーッ

■予熱終了、途中操作のある場合は
→ピーッピーッピーッピーッピーッ

■加熱終了後、食品を取り出し忘れると
→ピピーピピーピピー

■給水表示のとき
・調理が一時停止した場合→ピピピピピピピ
・調理が一時停止しない場合→1分おきにピピピ

■異常表示のときは
→ピピピピピピピ

保証とアフターサービス（必ずお読みください）

修理・お取り扱い・お手入れについてご不明な点は

お買い上げの販売店へご相談ください。

販売店にご相談ができない場合は、下記の窓口へ

東芝生活家電ご相談センター

フリーダイヤル **0120-1048-76**

受付時間：365日　9:00～20:00

携帯電話・PHSなど　022-774-5402（通話料：有料）

FAX　022-224-6801（通信料：有料）

- お客様からご提供いただいた個人情報は、修理やご相談への回答、カタログ発送などの情報提供に利用いたします。
- 利用目的の範囲内で、当該製品に関連する東芝グループ会社や協力会社に、お客様の個人情報を提供する場合があります。

保証書（別添）

- この東芝過熱水蒸気オーブンレンジには、保証書を別途添付しております。
- 保証書は、必ず「お買い上げ日、販売店名」等の記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき内容をよくお読みの後、大切に保管してください。
- この東芝過熱水蒸気オーブンレンジの保証期間は、お買い上げいただいた日から1年です。ただし発振管（マグネトロン）は2年です。その他、詳しくは保証書をご覧ください。
- 保証期間中の故障は、保証書の内容に基づき、無料修理となります。無償商品交換ではありません。

補修用性能部品の保有期間

- 過熱水蒸気オーブンレンジの補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後8年です。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

部品について

- 修理のために取りはずした部品は、特段のお申し出がない場合は当社で引き取らせていただきます。
- 修理の際、当社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。

修理を依頼されるときは　出張修理

- 58～63ページに従って調べていただき、なお異常があるときは、使用を中止し、必ず電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店にご相談ください。

保証期間中は

- 保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。なお、修理に際しましては、保証書をご提示ください。

保証期間が過ぎている場合は

- 修理すれば使用できる場合は、ご希望によって有料で修理させていただきます。

修理料金のしくみ

修理料金は技術料・部品代・出張料等で構成されています。

技術料	故障した商品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。
出張料	商品のある場所へ、技術員を派遣する料金です。

ご連絡いただきたい内容

品　名	過熱水蒸気オーブンレンジ
形　名	ER-KD10
お買い上げ日	年　月　日
故障の状況	できるだけ具体的に
ご住所	付近の目印なども合わせてお知らせください
お名前	
電話番号	
訪問希望日	
便利メモ	電話番号

お買い上げ店名を記入されておくと便利です。

ご転居のときは

- この東芝過熱水蒸気オーブンレンジは、電源周波数50/60Hz共用です。周波数の異なる地域に、ご転居されてもそのままお使いいただけます。

仕様

電源	AC100V　50/60Hz共用		
定格消費電力	電子レンジ1430W(14.6A)、ヒーター加熱1350W(13.5A)		
高周波出力	1000W※1・600W・500W・200W相当　出力切換		
発振周波数	2450MHz		
ヒーター	オーブン 1320W・グリル 1280W・スチーム 600W		
温度調節範囲	発酵(30、35、40、45℃)、100～250℃※2		
外形寸法	500(幅)×416(奥行)×388(高さ)㎜		
庫内有効寸法	398(幅)×330(奥行)×232(高さ)㎜		
質量(重量)	17kg	総庫内容量	30L
コードの長さ	1.4m	区分名	E
電子レンジ機能の年間消費電力量	56.8kWh/年	オーブン機能の年間消費電力量	20.0kWh/年
年間待機時消費電力量	0.0kWh/年	年間消費電力量	76.8kWh/年
タイマー時限	レンジ1000W：3分 蒸し・スチームレンジ：30分 レンジ600W・レンジ500W・グリル：30分 レンジ200W・オーブン・発酵：90分 過熱水蒸気：60分		

※1 定格高周波出力1000Wは短時間高出力機能(約3分間)であり、定格連続高周波出力は600Wです。
600Wへは自動的に切り換わります。

※2 オーブンおよび過熱水蒸気温度を210℃以上に設定したときは、調理開始後28分で200℃に切り換わります。250℃での運転時間は約5分です。また、設定温度が210℃以上のときは予熱温度は200℃になります。
温度は庫内が空の状態で中心部を熱電温度計法により測定しています。(JISの測定方法による) 庫内に食品や付属品を入れて温度を測定すると、温度が合わないことがあります。(料理を作る場合は、料理集の温度を目安にしてください)

- 実際にお使いになるときの消費電力量は、使用回数や使用時間、食品の量、周囲温度などによって変化しますので、あくまで目安としてご覧ください。
- 年間消費電力量は省エネ法・特定機器「電子レンジ」測定方法による数値です。(区分名も同法に基づいています)
- 総庫内容量とはJISの規定に基づいて算出された容量のことです。

この製品は、日本国内用に設計されているため海外では使用できません。また、アフターサービスもできません。
This product is designed for use only in Japan and cannot be used in any other country.
No servicing is available outside of Japan.

愛情点検

長年ご使用の電子レンジの点検をぜひ！

このような症状はありませんか。

- 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。
- キーを押し、調理を開始しても食品が加熱されない。
- 自動的に切れないことがある。
- 使用中に異常な音や臭いが出ることがある。
- 庫内のカバーや壁面が汚れ、スパーク(火花)または煙が出ることがある。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、電源プラグをコンセントから抜いて、必ずお買い上げの販売店に点検・修理を依頼してください。(技術のあるサービスマン以外の人は絶対にキャビネットをはずさないでください)

東芝ホームアプライアンス株式会社
リビング機器事業部
〒101-0021　東京都千代田区外神田2-2-15（東芝昌平坂ビル）

K034090100-T